विवाह स्वयं में एक संस्था है। हमारी सारी शिक्षा और समस्त संस्कृति का उद्देश्य यही है कि हम अपने सात्विक गुणों का विकास करते हुए आदर्श गृहस्थ-जीवन व्यतीत कर सकें। विवाह तभी सफल होता है जबकि दो व्यक्ति अमर प्रेमी बने रहने का व्रत लेकर, एक इकाई होकर अपना जीवन व्यतीत करते हैं। विवाह का आधार है प्रेम। ऐसा प्रेम जो मुसीबतों और असफलताओं में भी अडिग बना रहे। प्रेम के इस उच्च स्तर को कैसे प्राप्त किया जाय ताकि दम्पति तन-मन से एक होकर परमानन्द प्राप्त कर सकें, इसी बात का विश्लेषण इस पुस्तक में किया गया है। पति-पत्नी दोनों ने मिलकर दाम्पत्य जीवन का आदर्श स्थापित करना है, इसलिए दोनों से ही मुझे कुछ कहना है। मर्म की बात है—अतएव 'सुनो कान में।'

लेखिका की कुछ अन्य रचनाएँ

आपका मुन्ना, 3 भाग	(सचित्र, पुरस्कृत)	16.50
बच्चों का पालन-पोषण	(सचित्र, पुरस्कृत)	4.50
बच्चों की समस्याएँ	(सचित्र, पुरस्कृत)	6.00
बच्चों का शिक्षण	(सचित्र, पुरस्कृत)	6.00
पारिवारिक समस्याएँ	(सचित्र, पुरस्कृत)	7.50
भारतीय भोजन विज्ञान	(सचित्र, पुरस्कृत)	7.00
नारी का रूप-शृंगार	(सचित्र, पुरस्कृत)	6.00

प्रौढ़ साहित्य

नीम हकीम	(सचित्र)	1.00
इन्सान कभी नहीं हारा	(सचित्र)	1.00
गाँव की अपनी भलाई	(सचित्र, पुरस्कृत)	1.00
आदर्श माता-पिता	(सचित्र, पुरस्कृत)	1.50
बीमार की सेवा	(सचित्र)	1.25
कैसे पकाएँ, क्या खाएँ ?	(सचित्र, पुरस्कृत)	1.25

बाल साहित्य

ये रणबाँकुरे	(सचित्र)	1.50
कथा भारती	(सचित्र)	1.75
जंगल ज्योति	(सचित्र)	1.50
उत्तर भारत की लोक-कथाएँ—1	(सचित्र)	1.25
उत्तर भारत की लोक-कथाएँ—2	(सचित्र)	1.25
उत्तर भारत की लोक-कथाएँ—3	(सचित्र)	1.25
निंदिया के रथ	(सचित्र)	1.50
सागर पार के मोती	(सचित्र)	1.50

आत्माराम एण्ड संस, दिल्ली-6

सुनो कान में

सावित्रीदेवी वर्मा

१९६३
आत्माराम एण्ड संस, दिल्ली-६

SUNO KAN MEN
by
Savitri Devi Varma
Rs. 8.50

प्रकाशक
रामलाल पुरी, संचालक
आत्माराम एण्ड संस
काश्मीरी गेट, दिल्ली-6

शाखाएँ
हौज खास, नई दिल्ली
माई हीरां गेट, जालन्धर
चौड़ा रास्ता, जयपुर
बेगमपुल रोड, मेरठ
विश्वविद्यालय क्षेत्र, चण्डीगढ़
महानगर, लखनऊ-6

मूल्य : आठ रुपए पचास नए पैसे
प्रथम संस्करण : 1963

स

जो कुछ देखा-सुना

देश की सुख-समृद्धि कर्तव्यपरायण नागरिकों पर निर्भर करती है। पर ऐसे ज़िम्मेदार नागरिक सुखी और सन्तोषी परिवार की ही देन होते हैं। जिन बच्चों के माता-पिता का दाम्पत्य जीवन सफल है, जिनके परिवार में व्यवस्था, सुरक्षा और शान्ति है उन्हीं के बच्चों का पारिवारिक जीवन आगे जाकर सुखी होता है।

सेक्स के प्रति स्वस्थ दृष्टिकोण भी वैवाहिक जीवन की सफलता के लिए बहुत आवश्यक है। उसे न तो पाप ही समझना चाहिए और न असोभनीय कौतूहल ही उसके विषय में ठीक है। सदाचार और संयम वैवाहिक जीवन की आधारशिला हैं। सफल विवाह के लिए यह भी आवश्यक है कि पति में कमाने की योग्यता और स्त्री में गृहस्थी चलाने का शऊर हो। रुचि, विचार, भाषा, रहन-सहन और आदर्शों की समानता भी विवाह को सफल बनाने में बहुत हद तक सहयोग देती है। यदि इन बुनियादी बातों को समझ कर गृहस्थाश्रम में प्रवेश किया जाय तो दाम्पत्य जीवन में अड़चनें कम आती हैं।

व्यवहार में नासमझी, विचारों में अपरिपक्वता और स्वभाव में असहनशीलता वैवाहिक जीवन में निराशा पैदा करने का हेतु बन जाती हैं। क्योंकि कई लोग काल्पनिक दुनिया से जब वास्तविकता के धरातल पर उतरते हैं तो उन्हें काल्पनिक सुख की तलाश में बड़ी निराशा होती है। वे अपने जीवन-साथी में अप्राप्य को नहीं पाते।

वैवाहिक जीवन का आधार है प्रेम। पर वह धीरे-धीरे विकसित होकर पूर्णता को प्राप्त होता है। प्रेम की पहली सीढ़ी वह है जब मनुष्य अपने जीवन-साथी से कहता है, "मैं तुम्हें प्यार करता हूँ" ; दूसरी श्रेणी वह है जब वह कहता है, "तुम अच्छे हो, इसलिए मेरे मन को तुमने जीत लिया है, तुम मेरे प्रिय हो।" तीसरी श्रेणी चरम उत्कर्ष की वह है जब कि मनुष्य की अनुभूति यह होती है कि वह कहता है, "तुम अच्छे हो या बुरे गुणी हो या अवगुणी, तुम मेरे हो। मेरे तन और मन के स्वामी हो। इतना ही काफ़ी है। मैं तुम्हें जैसे भी तुम हो उसी सम्पूर्ण रूप में प्यार करता हूँ।"

ऐसा प्रेम मुसीबतों और असफलताओं में भी अडिग बना रहता है। ऐसे प्रेम के आगे जीवन में कोई रुकावट दम्पति की आस्था को झकझोर नहीं पाती।

पति और पत्नी का लालन-पालन, पारिवारिक वातावरण, रिश्तेदार, माता-पिता सभी एक-दूसरे से भिन्न होते हैं। ऐसे दो भिन्न व्यक्तियों को एक होकर गृहस्थी बसानी होती है। ऐसी सूरत में जब तक उनमें एक-दूसरे की आदतें, स्वभाव, रुचि, आदर्श और विचारों के प्रति सहिष्णुता नहीं है, उनकी जीवन-यात्रा सुखद नहीं हो सकती। इसलिए आप अपने प्रेम सम्बन्ध को शिथिल न होने दें। प्रेम-बेलि को बराबर सींचते रहें। दो

मित्रों की साझेदारी को निभाने की आदत डालें, एक-दूसरे के प्रति सम्मान भावना रखें। कटु वचन न बोलें। समस्याओं को शान्ति से सुलझाएँ। परिवार की सफलता और असफलता दोनों के लिए एक नहीं, पति-पत्नी दोनों ही ज़िम्मेदार हैं। दूसरे को दोष देने की अपेक्षा अपनी ज़िम्मेदारी को समझें। जीवन के हर क्षेत्र में एक-दूसरे के सच्चे साथी बनें। प्यार की गहराई, एक-दूसरे की संगति का सुख, परस्पर मानसिक और शारीरिक आनन्द का आदान-प्रदान यह धीरे-धीरे एक इकाई बनने के प्रयत्न करने पर ही अनुभव हो सकता है। इसके लिए दोनों को ही प्रयत्नशील होना चाहिए।

जीवन एक अमूल्य चीज है। अगला जन्म किसने देखा है? इसलिए इस जन्म को सफल बनाएँ। जो मनुष्य दूसरे को दुखी बनाता है उसका अपना जीवन भी कटु हो जाता है। झूठे दम्भ और ढोंग, में पड़कर दो दिलों में जो तनाव पैदा होता है उससे दाम्पत्य जीवन में कटुता छा जाती है। यह कटुता पारिवारिक जीवन को विषाक्त कर देती है। तलाक़ इसका इलाज नहीं है। असहनशील और धांधलीबाज़ व्यक्ति की कभी किसी से नहीं निभ सकती।

मैंने इस मामले में काफी खोज की है, पाँच सौ से अधिक दम्पतियों के विचार और उनके जीवन की समस्याओं को सुना, समझा और सुलझाने में सहयोग दिया। जो कुछ मैंने इसमें लिखा, कोई छः-सात साल के परिश्रम का फल है। आज मेरे विवाह को भी चौंतीस वर्ष हो गए। वही कहावत कि मैंने धूप में बाल नहीं पकाए हैं। बाल चाहे अभी पके तो नहीं पर पकने की उम्र तो आ ही गई। हाँ तो, जो कुछ यहाँ लिख रही हूँ वह कुछ दावे और अधिकारवश लिख रही हूँ। उन दम्पतियों से, जो कराहते हुए अपना जीवन बिता रहे हैं, मेरा यह अनुरोध है कि अभी भी समय है 'बिसरी ताहि बिसार दे आगे की सुधि लेय'। नये सिरे से छोर पकड़कर जीवन शुरू करें। अपने जीवन-साथी को सँभालें, दुलारें, पुचकारें। यदि उसका व्यक्तित्व आपसे अधिक प्रभावशाली है, वह अधिक परिश्रमी है, परिवार के लिए उसने अधिक त्याग किया है, समाज के लिए उसका जीवन अधिक उपयोगी है तो आप अपने व्यक्तित्व का उसके व्यक्तित्व में विसर्जन कर दें।

इसी में दम्पति और परिवार का कल्याण है। किसी को पाने की अपेक्षा किसी के हो जाने में अधिक आनन्द है। लेने की अपेक्षा देना अधिक महत्त्व रखता है। दो ज़बर्दस्त यदि टक्कर लेते हैं तो विस्फोट होता ही है। जब तेज़ हवा बहती है तो बेंत उखड़ती नहीं पर लचककर उसी दिशा में झुक जाती है, इसी से वह टूटने से बच जाती है, जबकि श[illegible] टक्कर लेने के कारण भूमिसात हो जाते हैं। आप दृढ़ निश्चयी और गुणी [illegible] में करने के लिए प्रेम और सेवा की ओट लें। अपने सहयोग से उसे जीतें। [illegible] त्याग की दाद दें।

[illegible]न-साथी की तलाश है। आप खूब सोच-समझकर जीवन-साथी [illegible]ल-छः महीने से एक-दूसरे से परिचित हैं। एक-दूसरे के दोष और गुणों [illegible] जानते हैं। अपनी और उसकी आर्थिक स्थिति से भी अवगत हैं। एक-

दूसरे के लिए आपके दिल में प्यार का सागर हिलोरें ले रहा है। एक सुझाव देता है और दूसरा मान लेता है। इतना सब परखकर आप विवाह करते हैं। पर फिर भी कभी-कभी जीवन में ऐसी भी अनुभूति होती है कि आपका मन अपने जीवन-साथी के प्रति क्षोभ से भर जाता है और आपको जीवन भारी लगने लगता है। पर घबराएँ नहीं, यह उतार-चढ़ाव सबके जीवन में कम-अधिक मात्रा में आता है। यह प्रतिक्रिया आपके मन को फिर स्वस्थ होने में सहायता देगी। दाम्पत्य जीवन में झगड़ा या विरोधाभास घातक नहीं होता। घातक होती है आपके मन की परवशता, अन्यायपूर्ण दृष्टिकोण, वास्तविकता से मुँह मोड़कर कल्पना की दुनिया में डूबे रहना, मानसिक परिपक्वता का अभाव और दाम्पत्य जीवन की आधारशिला यानी चरित्र का ह्रास जाना। देखने में आया है कि आपाधापी-पसन्द व्यक्ति ही दूसरे के सही दृष्टिकोण की भी उपेक्षा करता है।

यह बात शादी से पहले ही समझ लेनी चाहिए कि आप अपने जीवन-साथी में किन विशेष गुणों की आकांक्षा करते हैं। यदि आप साहित्यिक वृत्ति के हैं तो साहित्यिक रुचि की पत्नी ढूँढें, नहीं तो रूप-रंग और धन पाकर भी आपका जीवन बेमेल स्वभाव के कारण किरकिरा हो जाता है। जीवन साथी चुनते समय लोग रूप-रंग, आर्थिक स्थिति आदि को अधिक प्रधानता देते हैं और स्वभाव तथा व्यक्तित्व को कम। पर जब दिन-प्रतिदिन के व्यवहार में उनके आदर्श, विचार, दृष्टिकोण टकराते हैं तो दाम्पत्य जीवन में चिनगारी पैदा होती है। यह तो सोचने की बात है कि यदि दो व्यक्तियों के स्वभाव में, आदर्शों में आकाश-पाताल का अन्तर है तो उनकी कैसे निभ सकती है?

हमारे देश में दाम्पत्य जीवन को सफल बनाने की जिम्मेदारी अधिकांश रूप से केवल पत्नी की ही समझी जाती है। पति की इस मामले में बस इतनी ही जिम्मेदारी होती है कि गृहस्थी की आर्थिक समस्या का हल ढूँढ़ ले। वह इतना कमा सके कि परिवार के लिए समाज में इज्जत के साथ रहने की सुविधाएँ जुटा सके। असल में देखा जाय तो परिवार में यह आर्थिक सुरक्षा भी पत्नी के सहयोग के बिना बनी रहनी असम्भव है। पति जो कमाकर लाता है पत्नी यदि एक समझदार गृहिणी की तरह उसे सार्थक नहीं करती तो न तो घर में व्यवस्था बनी रहती है, न सुख-सुविधा। समझने की बात यह है कि मोटे तौर पर गृहस्थी में जिम्मेदारियों को केवल सुविधा के लिए बाँट लेना ठीक है, परन्तु पति-पत्नी में से किसी को भी यह नहीं सोचना चाहिए कि दूसरे का हाथ बँटाना मेरा काम नहीं है।

आधुनिक युग में स्त्रियाँ भी पति की तरह ही बाहर कमाने जाती हैं और गृहस्थी की जिम्मेदारी भी सँभालती हैं, फिर ऐसी परिस्थिति में पति का भी यह कर्त्तव्य है कि गृहस्थी के कामों में स्त्री का हाथ बँटाए। स्त्री को बच्चे पैदा करने का साधन और गृह-व्यवस्थापिका मात्र समझने वाले पुरुष कभी भी स्त्री के प्रति न्याय नहीं कर सकते। मैं कई आदर्श, पढ़ी-लिखी, कर्त्तव्यपरायण महिलाओं को जानती हूँ जिनके पति वही पुराने दकियानूसी विचारधारा वाले हैं। वे उन्हें अपने बराबर का दर्जा न देकर उन पर अधिकार

जमाकर मानो उन्हें काबू में रखने की नीति को ही ठीक समझते हैं। जब ऐसी सती, सदाचारिणी, सेवापरायण महिलाएँ जो कि आधुनिक सभ्यता को भी अच्छी बातें अपनाए हुए हैं और इस प्रकार प्राचीन और नवीन का सुन्दर सामंजस्य हैं, कराहती हुई जीवन व्यतीत करती हैं तो मुझे बड़ा दुख होता है। आधुनिक तितलियाँ उनकी खिल्ली उड़ाती हैं कि जब तुम लोगों जैसी साध्वियों का आदर नहीं होता तो वैसा बनने में लाभ क्या? इन स्त्रियों की कन्याएँ भी प्रतिक्रिया करती हैं और इस प्रकार कर्त्तव्यहीनता का मार्ग अपनाने में नई पौध को भी प्रेरणा मिलती है। अब तक स्त्रियों के कारण भारतीय परिवारों की सुरक्षा क़ायम थी अब पुरुष ही उनमें प्रतिक्रिया पैदा कर रहे हैं क्योंकि वे उन्हें अपने एकछत्र राज्य में अधिकार नहीं देना चाहते।

अधिक उम्र में अब लड़के-लड़कियों के विवाह होते हैं। जो कुछ वे सिनेमा में देखते हैं वही अपने जीवन में सार्थक होते देखना चाहते हैं। अपनी इन रंगीन कल्पनाओं को सार्थक करने में कभी-कभी विवाह से पहले भी वे भटक जाते हैं। चरित्र की आधारशिला जब हिली रहती है तो उस पर आदर्श दाम्पत्य जीवन की इमारत मज़बूती से खड़ी नहीं हो पाती।

नारियाँ अब तक एक बेज़बान गाय की तरह चुप थीं। पति से ही उनकी गति थी। अब वे भी अपने अधिकारों के प्रति सजग हो उठी हैं। अब तक पुरुष को ही गृहस्थी में स्याह-सफेद करने का अधिकार था। स्त्री परिवार में निभ रही थी अपनी सेवा, प्रेम, दीनता आदि के कारण। अधिकारवश उसे कुछ प्राप्त नहीं था। गृहस्थी में पुरुष ही एकछत्र स्वामी था। अब उसे यह अधिकार पत्नी के साथ बँटाना पड़ रहा है। इसी से कई परिवारों में असन्तोष छा गया है। शिक्षा को कोसा जा रहा है। आप याद रखें, ज़माने को कोई बाँधकर नहीं रख सकता। अक्लमन्द वही जो ज़माने के साथ चले।

पारिवारिक जीवन में पुरुष अपनी ज़िम्मेदारी केवल धनोपार्जन तक ही न समझें। देखने में आता है कि रोटी की समस्या यदि वे हल कर लेते हैं तो स्वयं को एक सफल गृहस्वामी समझने लगते हैं। वे यह भूल जाते हैं कि एक सुगृहिणी ही उनकी इस कमाई को सार्थक करती है। यदि पुरुष एक ज़िम्मेदार पिता और पत्नी का चिर प्रेमी नहीं बनता तो धन के होते हुए भी जीवन में असन्तोष, परिवार में कलह और गृहिणी दुखी रहती है। अब समय का तकाज़ा है कि पुरुष एक सफल गृहस्वामी और चिरप्रेमी की भूमिका ठीक से ... करने का महत्त्व समझे। इसलिए मैंने इस पुस्तक में पुरुषों को कुछ विशेष सुझाव दिए ... भेद की बातें बताई हैं। यदि वे उन पर अमल करेंगे तो उनका पारिवारिक जीवन ... बनेगा।

... पाठक वर्ग को यदि यह शिकायत हो कि मैंने स्त्रियों की पैरवी की है तो मेरा ... कि नारी की दुखती नस को एक नारी ही पहचान सकती है। इसमें कोई सन्देह ... ई नारियों ने मुझसे अपनी बात बहुत खुलकर बताई। इसका यह अभिप्राय नहीं ... ों की बात सुनने और समझने का मुझे मौक़ा नहीं मिला। मेरे पति डाक्टर

हैं। हर इतवार को हमारे यहाँ दम्पति आते थे। पुरुष अपनी बात डाक्टर वर्मा को बताते और स्त्रियाँ मुझे बताती थीं। बाद में उन दोनों का दृष्टिकोण हम आपस में एक-दूसरे को समझाते। झूठे दम्भ, गलतफ़हमी, परिस्थितियाँ, बचपन की कोई समस्या, मानसिक अपरिपक्वता का प्रभाव—मूलतः इन्हीं कारणों से पति-पत्नी में परस्पर झगड़े होते और सुलहनामा में अड़चनें आतीं। पूरी परिस्थिति समझकर हम दोनों को अलग-अलग बिठाकर धीरे-धीरे समझाते, फिर सामने बिठाकर फ़ैसला करवाते और एक मित्रतापूर्ण वातावरण में उदासी के बादल फट जाते।

पति-पत्नी दोनों का विश्वासपात्र बने बिना समस्या सुलझाने में सफलता मिलनी असम्भव होती थी। यदि हमारे प्रयत्नों से किसी दम्पति के जीवन में सरसता आ जाती तो हमें बड़ी ही प्रसन्नता होती। हमें इसका अच्छा लाभ भी होता था, क्योंकि कई ऐसे दम्पति बाद में हमारे घनिष्ठ मित्र बन जाते।

इस प्रकार हमारे मित्र रूपी कण्ठे में अमूल्य मोती बढ़ते रहे। ऐसे ही मित्रों की प्रेरणा से मुझे यह पुस्तक लिखने की प्रेरणा मिली। अपने सुझाव कार्यान्वित करने का मुझे मौक़ा मिला। दाम्पत्य मनोविज्ञान की विचित्र और विभिन्न समस्याएँ मेरे सामने आई और उन्हें सुलझाकर मुझे अपनी सफलता पर बड़ा हर्ष भी हुआ। कहावत है कि घर-घर मिट्टी के चूल्हे हैं। कई दम्पतियों की समस्या प्रायः ऊपर से मिलती-जुलती थीं पर अन्दर प्याज़ के छिलकों की तरह हरेक का रंग थोड़ा-बहुत भिन्न ही होता था। मेरे लेखों को पढ़कर भी कई बहन-भाइयों ने पत्र लिखे। इस प्रकार के लगभग दो सौ पत्र इन पाँच वर्षों में मेरे पास आए। उन्हें छाँटकर मैंने उनका वर्गीकरण किया और तब कुछ लेख उनके आधार पर लिखे। अभ्यास से मेरे अन्दर कुछ सूझ-बूझ और भाँपने की कुछ ऐसी शक्ति भी पैदा हो गई कि महिला पार्क में जब मैं घूमने जाती तो चेहरा देखकर ही मैं समझ जाती कि अमुक महिला का मन दुखी है; और सचमुच में सहानुभूति पाकर वह अपना सब दुखड़ा मेरे आगे रो देती। इस प्रकार भी मुझे अनेक बहनों की समस्याएँ समझने और सुलझाने का मौक़ा मिला।

मैं उन सभी बहन-भाइयों की अनुगृहीत हूँ जिन्होंने इस पुस्तक को लिखने की प्रेरणा और सहयोग दिया। मैं अपने परिश्रम को सफल समझूँगी यदि इस पुस्तक को पढ़कर दम्पतियों को अपनी समस्याओं को थोड़ा-बहुत भी सुलझाने में मदद मिली। मेरी यह शुभ कामना है कि प्रत्येक दम्पति आदर्श प्रेमी-प्रेमिका बने। उनकी सुनहली सन्ध्या रंगीन हो और प्रत्येक सुबह कुछ उमंग और आशा का सन्देश लेकर आए। यदि दुनिया में किसी को कोई चाहने वाला मिल जाय और वह चाहने वाला सौभाग्य से अपना जीवन-साथी ही हो तब तो ज़िन्दगी रंगीन ही समझनी चाहिए।

—सावित्रीदेवी वर्मा

क्रम

जमाकर मानो उन्हें काबू में रखने की नीति को ही ठीक समझते हैं। जब ऐसी सती, सदाचारिणी, सेवापरायण महिलाएँ जो कि आधुनिक सभ्यता की भी अच्छी बातें अपनाए हुए हैं और इस प्रकार प्राचीन और नवीन का सुन्दर सामंजस्य हैं, कराहती हुई जीवन व्यतीत करती हैं तो मुझे बड़ा दुख होता है। आधुनिक तितलियाँ उनकी खिल्ली उड़ाती हैं कि जब तुम लोगों जैसी साध्वियों का आदर नहीं होता तो वैसा बनने में लाभ क्या? इन स्त्रियों की कन्याएँ भी प्रतिक्रिया करती हैं और इस प्रकार कर्त्तव्यहीनता का मार्ग अपनाने में नई पौध को भी प्रेरणा मिलती है। अब तक स्त्रियों के कारण भारतीय परिवारों की सुरक्षा क़ायम थी अब पुरुष ही उनमें प्रतिक्रिया पैदा कर रहे हैं क्योंकि वे उन्हें अपने एकछत्र राज्य में अधिकार नहीं देना चाहते।

अधिक उम्र में अब लड़के-लड़कियों के विवाह होते हैं। जो कुछ वे सिनेमा में देखते हैं वही अपने जीवन में सार्थक होते देखना चाहते हैं। अपनी इन रंगीन कल्पनाओं को सार्थक करने में कभी-कभी विवाह से पहले भी वे भटक जाते हैं। चरित्र की आधारशिला जब हिली रहती है तो उस पर आदर्श दाम्पत्य जीवन की इमारत मज़बूती से खड़ी नहीं हो पाती।

नारियाँ अब तक एक बेज़बान गाय की तरह चुप थीं। पति से ही उनकी गति थी। अब वे भी अपने अधिकारों के प्रति सजग हो उठी हैं। अब तक पुरुष को ही गृहस्थी में स्याह-सफ़ेद करने का अधिकार था। स्त्री परिवार में निभ रही थी अपनी सेवा, प्रेम, दीनता आदि के कारण। अधिकारवश उसे कुछ प्राप्त नहीं था। गृहस्थी में पुरुष ही एकछत्र स्वामी था। अब उसे यह अधिकार पत्नी के साथ बँटाना पड़ रहा है। इसी से कई परिवारों में असन्तोष छा गया है। शिक्षा को कोसा जा रहा है। आप याद रखें, ज़माने को कोई बाँधकर नहीं रख सकता। अक्लमन्द वही जो ज़माने के साथ चले।

पारिवारिक जीवन में पुरुष अपनी ज़िम्मेदारी केवल धनोपार्जन तक ही न समझें। देखने में आता है कि रोटी की समस्या यदि वे हल कर लेते हैं तो स्वयं को एक सफल गृहस्वामी समझने लगते हैं। वे यह भूल जाते हैं कि एक सुगृहिणी ही उनकी इस कमाई को सार्थक करती है। यदि पुरुष एक ज़िम्मेदार पिता और पत्नी का चिर प्रेमी नहीं बनता तो धन के होते हुए भी जीवन में असन्तोष, परिवार में कलह और गृहिणी दुखी रहती है। अब समय का तकाज़ा है कि पुरुष एक सफल गृहस्वामी और चिर प्रेमी की भूमिका ठीक से अदा करने का महत्त्व समझे। इसलिए मैंने इस पुस्तक में पुरुषों को कुछ विशेष सुझाव दिए हैं, कुछ भेद की बातें बताई हैं। यदि वे उन पर अमल करेंगे तो उनका पारिवारिक जीवन अवश्य सरस बनेगा।

पुरुष पाठक वर्ग को यदि यह शिकायत हो कि मैंने स्त्रियों की पैरवी की है तो मेरा कहना है कि नारी की दुखती नस को एक नारी ही पहचान सकती है। इ[illegible] सन्देह नहीं कि कई नारियों ने मुझसे अपनी बात बहुत खुलकर बताई। इसका य[illegible] हीं है कि पुरुषों की बात सुनने और समझने का मुझे मौ[illegible]

है। हर इतवार को हमारे यहाँ दम्पति आते थे। पुरुष अपनी बात डाक्टर वर्मा को बताते और स्त्रियाँ मुझे बताती थीं। बाद में उन दोनों का दृष्टिकोण हम आपस में एक-दूसरे को समझाते। झूठे दम्भ, गलतफ़हमी, परिस्थितियाँ, बचपन की कोई समस्या, मानसिक अपरिपक्वता का अभाव—मूलतः इन्हीं कारणों से पति-पत्नी में परस्पर झगड़े होते और सुलहनामा में अड़चनें आतीं। पूरी परिस्थिति समझकर हम दोनों को अलग-अलग बिठाकर धीरे-धीरे समझाते, फिर सामने बिठाकर फ़ैसला करवाते और एक मित्रतापूर्ण वातावरण में उदासी के बादल फट जाते।

पति-पत्नी दोनों का विश्वासपात्र बने बिना समस्या सुलझाने में सफलता मिलनी असम्भव होती थी। यदि हमारे प्रयत्नों से किसी दम्पति के जीवन में सरसता आ जाती तो हमें बड़ी ही प्रसन्नता होती। हमें इसका अच्छा लाभ भी होता था, क्योंकि कई ऐसे दम्पति बाद में हमारे घनिष्ठ मित्र बन जाते।

इस प्रकार हमारे मित्र रूपी कण्ठे में अमूल्य मोती बढ़ते रहे। ऐसे ही मित्रों की प्रेरणा से मुझे यह पुस्तक लिखने की प्रेरणा मिली। अपने सुझाव कार्यान्वित करने का मुझे मौका मिला। दाम्पत्य मनोविज्ञान की विचित्र और विभिन्न समस्याएँ मेरे सामने आईं और उन्हें सुलझाकर मुझे अपनी सफलता पर बड़ा हर्ष भी हुआ। कहावत है कि घर-घर मिट्टी के चूल्हे हैं। कई दम्पतियों की समस्या प्रायः ऊपर से मिलती-जुलती थी पर अन्दर प्याज के छिलकों की तरह हरेक का रंग थोड़ा-बहुत भिन्न ही होता था। मेरे लेखों को पढ़कर भी कई बहन-भाइयों ने पत्र लिखे। इस प्रकार के लगभग दो सौ पत्र इन पाँच वर्षों में मेरे पास आए। उन्हें छाँटकर मैंने उनका वर्गीकरण किया और तब कुछ लेख उनके आधार पर लिखे। अभ्यास से मेरे अन्दर कुछ सूझ-बूझ और भाँपने की कुछ ऐसी शक्ति भी पैदा हो गई कि महिला पार्क में जब मैं घूमने जाती तो चेहरा देखकर ही मैं समझ जाती कि अमुक महिला का मन दुखी है; और सचमुच में सहानुभूति पाकर वह अपना सब दुखड़ा मेरे आगे रो देती। इस प्रकार भी मुझे अनेक बहनों की समस्याएँ समझने और सुलझाने का मौक़ा मिला।

मैं उन सभी बहन-भाइयों की अनुगृहीत हूँ जिन्होंने इस पुस्तक को लिखने की प्रेरणा और सहयोग दिया। मैं अपने परिश्रम को सफल समझूँगी यदि इस पुस्तक को पढ़कर दम्पतियों को अपनी समस्याओं को थोड़ा-बहुत भी सुलझाने में मदद मिली। मेरी यह शुभ कामना है कि प्रत्येक दम्पति आदर्श प्रेमी-प्रेमिका बने। उनकी सुनहली सन्ध्या रंगीन हो और प्रत्येक सुबह कुछ उमंग और आशा का सन्देशा लेकर आए। यदि दुनिया में किसी को कोई चाहने वाला मिल जाय और वह चाहने वाला सौभाग्य से अपना जीवन-साथी ही हो तब तो जिन्दगी रंगीन ही समझनी चाहिए।

—सावित्रीदेवी वर्मा

क्रम

1
जिन खोजा तिन पाइया

जीवन में स्थिरता लाने के लिए विवाह किया जाता है। आदिकाल में भी विवाह का कोई न कोई रूप अवश्य रहा होगा। नारी भेड़-बकरियों की तरह गिरोह नायक की सम्पत्ति मानी जाती थी। धीरे-धीरे सभ्यता के साथ ही साथ विवाह प्रणाली का भी विकास होता गया। प्रगतिशील समाज के लिए विवाह एक संस्था बन गई। गृहस्थाश्रम का महत्त्व बढ़ा। अन्य तीनों आश्रम इसके आश्रित हो गए। अब प्रश्न यह उठता है कि विवाह दिल्ली का लड्डू क्यों बन गया? इसे जो खाता है वह भी पछताता है, जो नहीं खा पाता वह भी तरसता और पछताता रहता है।

हर चीज के दो पहलू हैं। इन्सान जिस पहलू से परिचित होता है वह उसी को उस चीज का यथार्थ और पूर्ण रूप समझ बैठता है। जीवन सागर में भी चट्टानें हैं। पर अक्ल-मन्दी का यह तकाजा है कि इन्सान इन चट्टानों से बचकर अपनी जीवन-नैया खेता जाय, तभी सागर के गर्भ में छिपे रत्न और मोती उसके हाथ लग सकते हैं। इसके लिए साहस, समझदारी और धीरज की ज़रूरत है। सच्ची लगन से खोजने से तो भगवान भी मिल जाते हैं, फिर गृहस्थ सुख इतना दुर्लभ नहीं है। स्त्री और पुरुष दोनों का परस्पराश्रयी जीवन है। दोनों एक-दूसरे के पूरक हैं। इसलिए साथी बनकर ही दोनों का जीवन पूर्ण होता है। पर दो शरीर नहीं दो आत्माएँ ही एक होकर जीवन-साथी बनती हैं। हर स्त्री को एक पुरुष व हर पुरुष को एक स्त्री विवाह के द्वारा मिल जाती है, परन्तु जीवन-साथी विरलों को ही मिलता है। क्योंकि यदि पति-पत्नी का जीवन एक-दूसरे के विश्वास से सहायक नहीं होता तो वे जीवन-साथी नहीं बन पाते।

आप व्यावहारिक बुद्धि रखें, परिस्थिति के अनुकूल अपने को ढालने की वृत्ति अपनाएँ और इस बात को भली प्रकार समझ लें कि गृहस्थी के दो कर्णधारों में से एक आप हैं। यदि आप अपना पार्ट ठीक से अदा कर रहे हैं और अपने जीवन-साथी से प्रेम करते हैं तो इसमें कोई सन्देह नहीं कि तीन चौथाई मंजिल तो आपने तय कर ही ली। जीवन-साथी आपका साथ छोड़ नहीं सकता, क्योंकि किसी शायर ने सच कहा है कि 'मेरी जाँ, चाहने वाले बड़ी मुश्किल से मिलते हैं।' न केवल दुख परन्तु सुख का भी तो कोई साझीदार चाहिए। इन्सान अपनी उन्नति, सफलता, विजय, हँसी-खुशी सभी की अनुभूति किसी के साथ बँटाना चाहता है। उसे जीवन के हर मौके पर एक साझीदार की जरूरत पड़ती है। हर काम में एक समझदार साथी का अभाव खटकता है। उसके बिना उसका जीवन अधूरा रहता है। जीवन का एकाकीपन इन्सान को खा जाता है। वह विवाह करता है ताकि यह एकाकीपन मिट जाय। सुख एक मानसिक समझौता है जो दो आत्माओं के

तारतम्य से स्थापित होता है।

मेरी स्टोप के शब्दों में "कदाचित् आत्मा की यह सबसे प्यारी कामना होती है कि संसार में एक और व्यक्ति ऐसा हो जिसके प्रति खुला आदान-प्रदान स्थापित हो सके,

जिसके साथ किसी प्रकार का दुराव-छिपाव न हो, जिसके शरीर का प्रत्येक अंग उतना ही प्रिय हो जितना अपने शरीर का अंग, जिसके साथ धन-सम्पत्ति या किसी अन्य चीज़ में मेरे-तेरे का भाव न हो, जिसके मन में अपने विचार स्वाभाविक रूप से प्रभावित होते हों, मानो अपने को जानने-समझने के लिए और नया प्रकाश प्राप्त करने के लिए एवं जिसके साथ जीवन के समस्त सुख-दुख और अनुभवों के अन्दर एक स्वेच्छानुरूप सहानुभूति स्थापित हो सके।"

एक हो जाने की भावना ही मनुष्य को प्रेम करने, किसी के लिए अपने जीवन का

उत्सर्ग कर देने की प्रेरणा देती है और इस सम्बन्ध को सुरक्षित करने के लिए, सामाजिक जीवन में व्यवस्था बनाए रखने और बच्चों को संरक्षण प्राप्त हो सके इस भावना से विवाह रूपी संस्था की नींव पड़ी। समाज को यह एक सभ्य और सांस्कृतिक विचारधारा की ही देन है। दो व्यक्तियों को जीवन-भर एक-दूसरे के साथ रहने का सुअवसर गृहस्थाश्रम में मिलता है। पर यह असम्भव है कि गृहस्थाश्रम में प्रवेश कर लेने के बाद बाकी सब काम अपने-आप सरल हो जाते हों। इसमें सफलता प्राप्त करने के लिए परस्पर सहयोग, सहनशीलता, परस्पर आदर-भाव और एकदू-सरे की भलाई का विचार ही दम्पति में घनिष्ठता पैदा करता है, एक-दूसरे के सच्चे अर्थ में जीवन-साथी प्रमाणित होने की प्रेरणा देता है। पर इसके लिए भरसक प्रयत्न करना जरूरी है।

विवाह-सूत्र में बँधने का अर्थ है एक-दूसरे को जीवन-भर निभाने का प्रण। इन्सान अपनी स्वतन्त्रा देकर प्रेम का बन्धन स्वीकार करता है। इसके बदले में उसे जो प्यार मिलता है, जो तुष्टि प्राप्त होती है, जीवन में जो भरोसा प्राप्त होता है वह स्वतन्त्रता से भी अधिक मूल्यवान है। पुष्प यदि डाल पर लगा-लगा ही मुरझा जाए तो उसका जीवन व्यर्थ ही समझा जाता है। किसी देवता के शीश पर सुशोभित होने में ही उसकी सार्थकता है।

आम तौर पर शुरू में स्त्री और पुरुष दोनों में अहं भावना होती है। वे एक-दूसरे से प्रेम का प्रमाण चाहते हैं। स्वयं को दूसरे में मिला देने की अपेक्षा वे दूसरे से अपने में मिल जाने की आशा करते हैं। दोनों यह मानकर चलते है कि जो मुझे प्रिय है वही बात दूसरे को प्रिय होनी चाहिए। परन्तु धीरे-धीरे जब वे सच्चे अर्थ में एक-दूसरे को प्रेम करने लगते हैं तो वे एक-दूसरे की सुविधा का ध्यान रखने की योग्यता प्राप्त कर लेते हैं। एक-दूसरे के व्यक्तित्व का सम्मान करना और ध्यान रखना सीख जाते हैं। इस प्रकार धीरे-धीरे दम्पति के जीवन में समता आ जाती है। बच्चे भी उन्हें एकसूत्र में बाँधने में सहायक होते हैं। इसीलिए गृहस्थाश्रम में बच्चों का होना इतना अधिक महत्त्व रखता है।

बुनियादी अन्तर—स्त्री और पुरुष के स्वभाव में कुछ बुनियादी अन्तर है। यही अन्तर या विभिन्नता उन्हें एक-दूसरे के प्रति आकर्षित करती है। यदि वे दोनों एक-दूसरे के इस बुनियादी अन्तर को समझकर तदनुकूल व्यवहार करें तो दाम्पत्य जीवन की गाड़ी ठीक से चलती रहे। स्त्री स्वभाव से ही आत्म-प्रीति पसन्द करती है। मेरी गृहस्थी, मेरा पति, मेरे बच्चे ये सब मेरे लिए हैं। मेरी रचना, मेरा कृत्य, मेरा व्यक्तित्व, मेरा सहयोग इनको उभार रहा है। इनका मुझसे अटूट सम्बन्ध है। मेरे बिना इनका अस्तित्व बना नहीं रह सकता। इसलिए मैं इनके लिए हूँ। मेरा जीवन इनके लिए उत्सर्ग है। स्त्री इस तरह की कल्पना करती रहती है और वह चाहती है कि जिन लोगों के लिए मेरा जीवन उत्सर्ग है वे पूर्ण रूप से मेरे बन जायें। इसकी अभिव्यक्ति वह बार-बार चाहती है। इसका अनुमोदन वह सुनना चाहती है। इसलिए पुरुष को उसके आत्मिक गुण और शारीरिक आकर्षण की बार-बार प्रशंसा करनी चाहिए। उसकी सेवा, प्यार, त्याग का शुक्रिया

करना और अपने प्रेम का विश्वास दिलाना पुरुष के लिए बहुत ज़रूरी है। इससे स्त्री की आत्मा तुष्ट होती है। जब तक स्त्री माँ नहीं बनती युवक पति के लिए यह और भी

ज़रूरी है कि वह एक उन्मादक प्रेमी की तरह पत्नी की आत्मा को तुष्ट करता रहे। माँ बन जाने के बाद पत्नी की मातृत्व भावना को तुष्टि मिल जाती है, तब पुरुष का काम हल्का हो जाता है। उसके बाद वह एक पिता का कर्तव्य निभाते हुए बच्चे की माँ को प्रसन्न करता है। अपने बच्चे के लाड़-दुलार में भी पत्नी को अपना ही लाड़-दुलार दिखता है। मैंने कई पत्नियों को पति द्वारा उपेक्षित होने पर गम खाते देखा पर यदि वही पति उनके बच्चों की उपेक्षा करता है तो उनका मातृत्व तिलमिलाकर मुकाबला करने को उतारू हो जाता है।

स्त्री और पुरुप का जीवन के प्रति दृष्टिकोण भिन्न-भिन्न होने के कारण वे वैवाहिक जीवन की सफलता की व्याख्या अपने-अपने ढंग से करते हैं। स्त्री के लिए परिवार ही सब कुछ है परन्तु पुरुप के लिए उसका कैरियर, उसका शौक बहुत महत्त्व रखता है। इसमें उसे अपने पुरुपत्व की सार्थकता दिखती है। यदि स्त्री-पुरुप परस्पर एक-दूसरे के शौकों को पूरा करने में सहयोग या प्रेरणा देते रहते हैं तो वे सच्चे अर्थ में जीवन-साथी सावित होते हैं। केवल प्रेम हो जाने या विवाह हो जाने से ही यह सोचना कि मुझे जीवन-साथी भी मिल गया भूल है। जीवन-साथी प्रयत्न करके, अपनी उपयोगिता साबित करके पाया है। इसके लिए मानसिक प्रौढ़त्व की जरूरत है।

समस्या का मूल—स्वभाव की कई समस्याएँ ऐसी होती हैं जिनका सम्बन्ध बचपन की किसी घटना या वातावरण से होता है। यदि किसी व्यक्ति को बचपन में अधिक दबाया गया है या उसको रुचिकर कार्यों को करने से इस हद तक रोका गया है कि वह मन ही मन घुटकर रह गया तो बड़े होकर भी उसका आत्मविश्वास जल्द नहीं लौटता। उसे अपनी योग्यता पर भरोसा नहीं होता। आशंका से उसका मन डरा रहता है। उसे एक प्रकार की चिन्ता और भय सताता रहता है। यह चिन्तित मनोदशा उसके विवाहित जीवन के सुख को भी नष्ट कर देती है। जिस दम्पति का मानसिक स्वास्थ्य दुर्बल होता है उसकी मनोदशा ऐसी ही होती है, यथा, यदि किसी लड़की को अपनी बहन, माँ या सखी के वैवाहिक जीवन का कटु अनुभव है और परिणामस्वरूप वह पुरुषों को नीच, कामी और स्वार्थी समझती है तो अपने पति के प्रति भी उसका दृष्टिकोण उदार नहीं होगा। वह बात-बात में उसे दोषी ठहराएगी, उसे कठोर और कामी समझेगी। इसी प्रकार यदि किसी पुरुष को किशोरावस्था में ही नारियों की बेवफाई, बहनों की स्वार्थता, माता के पक्षपात का कटु अनुभव है तो वह अपनी पत्नी के प्रति सहृदय नहीं होगा। वह उसके प्रति कठोर होगा। उसे डाट-डपटकर रखेगा, उसकी सफलता और प्रशंसा से ईर्ष्या करेगा और अपने बचपन की अनुभूतियों का बदला वह अपनी पत्नी और बेटी से लेगा।

जिस बच्चे ने बचपन में ज़िम्मेदारियाँ नहीं सम्भाली, जिसके प्रयत्नों की कटु आलोचना होती रही, जो आगे बढ़ने के लिए प्रेरणा नहीं पा सका, वह बड़े होकर भी अपनी ज़िम्मेदारियों को सम्भालने में हिचकेगा। एक मनोवैज्ञानिक का कहना है कि अपने-आपको कुछ बनाने की उत्सुकता एवं अपने व्यक्तित्व का उपयोग करने की अभिलाषा रखना आरोग्यप्रद वस्तु है, परन्तु यदि हमारी यह अभिलाषा फलित नहीं होती, या परिस्थितियाँ प्रतिकूल होने के कारण इनके फलित होने में बाधा उपस्थित हो जाय, तो ऐसी हालत में हमारी बाल्यकाल की दबी हुई सरल वृत्तियाँ फिर से प्रबल हो उठती हैं। जीवन संग्राम में लड़ते हुए, विजय और यश प्राप्त करने का मार्ग छोड़ दिया जाता है और बीमारी का सहारा लेकर एक सरल मार्ग पकड़ लिया जाता है, इस प्रक्रिया को मनोविज्ञान में 'प्रत्यागमन' (रिग्रेशन) कहा गया है।

जब किसी व्यक्ति का आत्मविश्वास दुर्बल पड़ जाता है तो वह स्वतन्त्र रूप से कुछ नहीं कर पाता। अब यदि ऐसे व्यक्ति का जीवन-साथी उसकी इस समस्या को समझकर उसे फिर से आत्मविश्वास प्राप्त करने में सहयोग देता है तो वह उसका सच्चे अर्थ में पूरक साबित होता है। इसीलिए यह समझा जाता है कि विभिन्न गुणों वाले व्यक्तियों का परस्पर *विवाह अधिक सफल होता है क्योंकि वे एक-दूसरे के पूरक बन जाने की योग्यता रखते हैं।*

प्रेम और विवाह—अब यह सवाल उठता है कि विवाह का आधार प्रेम है या कर्तव्य। कई लोगों का कहना है कि प्रेम किया नहीं जाता, हो जाता है। पर देखा जाय तो 'किसी के प्रेम में पड़ जाना' और 'प्रेम करना' इन दोनों में बड़ा अन्तर है। क्योंकि

आकस्मिक, अद्‌भुत या एक साहसिक प्रेम जिस तरह अचानक हो जाता है, उसी प्रकार अकारण ही ख़तम भी हो सकता है। एच० जी० वेल्स का कथन है कि "प्रेम एक अप्रासांगिक आख्यायिका है और विवाह एक संस्था है" (Love is an episode and marriage is an institution)। आँखों को, शरीर को कोई चीज भा गई, चंचल मन उस पर जा अटका। उसके बाद आयु के साथ जब अनुभव बढ़ा, विचार बदले, सामाजिक परिस्थितियों ने करवट ली, जिम्मेदारियाँ बढ़ीं तो अल्हड़ उम्र का यह कृत्य एक मूर्खतापूर्ण खिलवाड़ प्रतीत होता है। किसी व्यक्ति के प्रेम में फँस जाना एक मानसिक दुर्बलता है, परन्तु सारी जिम्मेदारियों को समझकर प्रेम करना मानसिक परिपक्वता का द्योतक है। प्रथम आकर्षण को यदि बुद्धि की स्वीकृति मिल जाय तभी वह प्रेम सच्चा और कल्याणकारी मार्ग अपनाता है। बुद्धि द्वारा अनुमोदन पाकर यदि मन किसी पर रीझे तो शरीर पर मन की विजय समझनी चाहिए। यही प्रेम हो जाने और प्रेम करने का अन्तर है। परिणाम को सोचे-समझे विना जब प्रेम किया जाता है तो उसमें विवेचन शक्ति कुंद हो जाती है, वह प्रेम नहीं वासना होती है। ऐसा प्रेम चाहे कवित्वपूर्ण और अधिक रोमांटिक लगे पर बाद में उसके लिए पछताना पड़ता है। इसीलिए हमारे देश में विवाह की अधिकांश ज़िम्मेदारी माता-पिता की समझी जाती है। क्योंकि प्रेमी और प्रेमिका एक-दूसरे का सच्चा स्वरूप नहीं देख पाते। वे तो सिर्फ शारीरिक सौन्दर्य पर ही रीझते हैं।

कन्याओं को कच्ची उम्र में प्रेम-विवाह का जोखिम नहीं उठाना चाहिए। माँ-बाप उन पर रोक-टोक इसीलिए रखते हैं कि अल्हड़ उम्र की कन्याएँ जंगली बेल की तरह होती हैं। जो पेड़ पास में हुआ, उसी का सहारा ले उठीं। किशोरावस्था में आदर्श भावना, समर्पण की चाहना और अकुलाहट अधिक होती है। पर याद रखें वासना से युक्त प्रेम अन्धा होता है। कामदेव की प्रतिमा को दोनों आँखों पर पट्टी बाँधकर चित्रित किया गया है। एक अनुभवी की सलाह है कि जिस पुरुप का रहन-सहन, चाल-ढंग तथा जीवन का दृष्टि विन्दु युवती को पसन्द न हो, उसकी तरफ प्रेम की नज़र फेंकने की भूल किसी भी युवती को नहीं करनी चाहिए। एक युवती, पत्नी की हैसियत से, गृहस्थ-जीवन में, पुरुष की खाने-पीने की आदतों को बदलने में सफल हो सकती है, उसे हाथों के स्थान पर छुरी-काँटे से टेवल पर बैठकर खाना सिखा सकती है, परन्तु उसके मानसिक अवगुणों को वह नहीं बदल सकती। जो पुरुष सामाजिक उत्तरदायित्व में विश्वास नहीं रखता, उसके विचारों एवं स्वभाव में, विवाह के बाद भी, परिवर्तन नहीं लाया जा सकता। भाषा, रहन-सहन आदि बातों में पुरुष की अपेक्षा स्त्री अधिक शिक्षणीय, परिवर्तनशील एवं समवस्थापक है—यह एक मनोवैज्ञानिक प्रमाणित सत्य है।

आजकल की आधुनिक सोसायटी में दिल मिलने पर विवाह करने की जो वकालत की जाती है वह कोरी थोथी है। दो व्यक्ति मिले। आँखें चार हुई। लड़के को लड़की की ...ऍं भा गई। उसके उड़ते आँचल के छोर पर उसका मन उड़ चला। इधर लड़की ... के 'रोमियोपन' पर रीझ गई। बस, दो दिलों के सौदे हो गए, पर कुछ महीनों बाद

ही जब विवाह के जुए को गर्दन पर रखकर वे चले तो कधे डाल दिए। सपने टूट गए। ऊब से भर उठे। प्रेम पात्र से मन फिर गया। अब कराहते जीवन बीतने लगा। समाज के आगे बुरा दृष्टान्त सामने आया।

जब दम्पति एक-दूसरे को प्रेम करते हैं तो वे एक-दूसरे की भलाई को सर्वोपरि रखते हैं। यहाँ तक की शारीरिक सम्बन्ध के मामले में भी उन्हें एक-दूसरे की प्रसन्नता और सुख का ध्यान पहले होता है। शारीरिक आनन्द न तो कोई पाप है, न नीच कर्म। इसी पर मानसिक प्रेम का पौधा लहलहाता है। स्त्री-पुरुष के बीच में यह एक बहुत ही स्वाभाविक आकर्षण है। शरीर की आवश्यकता पूर्ण करने के लिए एक-दूसरे की रुचि और सुख को समझना जरूरी है। पति-पत्नी एक-दूसरे की जरूरत को समझकर यदि सहयोग नही देते तो दाम्पत्य जीवन तबाह हो जाता है। पत्नी के व्यवहार में शीतलता पुरुष के पुंसत्व की तृप्ति को अधूरा बना देती है। पुरुष जिस तीव्रता और उष्णता से स्त्री को प्यार करता है, उसी अनुपात मे उसका जवाब भी चाहता है। पुरुष को भी चाहिए कि वह स्त्री के मानसिक और शारीरिक गठन की दुरूहता को समझे। वह सकोच और लज्जा के कारण शीघ्र अपने मन की बात नही कह पाती। और यौनक्रिया मे उसे पुरुष के स्तर तक पहुँचने मे समय लगता है। एक कवि के शब्दो मे—

> "किन्तु, हाय यह उद्वेलन भी कितना मायामय है!
> उठता धधक सहज जिस आतुरता से पुरुष-हृदय है,
> उस आतुरता से न ज्वार आता नारी के मन मे,
> रखा चाहती वह समेट कर सागर को बन्धन में।
> किन्तु बन्ध को तोड ज्वार जब नारी मे जगता है,
> तब तक नर का प्रेम शिथिल, प्रशमित होने लगता है।"

एक अनुभवी का कथन है कि दो प्रेमी आपस में घुल-मिलकर एकप्राण होने के लिए अधीर हो उठते हैं, उसे ही प्रेम की उकसाहट या माँग कहते हैं। यह स्वाभाविक शक्ति है। पुष्प की सुगन्ध लेने के सदृश, एक अदम्य शक्ति, जो शान्त न होने वाली भावना की स्वाभाविक माँग होती है और साधारणतः विद्युत की भाँति उत्पन्न भी की जाती है। सच्ची प्रेम भावना के कुचले जाने पर मानसिक शान्ति और शारीरिक स्वास्थ्य दोनो चौपट हो जाते हैं। इसलिए इस मार्ग मे बाधा बनने की कुचेष्टा मत कीजिए। याद रखिए, यदि दोनों मिलकर हँसेंगे, ठहाका लगाएँगे तो ससार की कठोर विपत्तियाँ भी हिम के सदृश पिघलकर बह जाएँगी। यह सच्चा प्रेम वह है जो पाषाण को भी एक निमिष में पानी कर देता है। इसलिए विवाह बन्धन मे बँधते ही पहला काम है अपने साथी की प्रकृति और मस्तिष्क का अध्ययन करना, उसे अपना बनाना और स्वयं उसका हो जाना। दाम्पत्य जीवन मे सुख का स्रोत और विपत्तियों के थपेडों में भी आगे पग बढाते रहने का मार्ग यही है। सहस्रों इस मार्ग पर टहलते हुए पड़ाव पर पहुँच चुके हैं।

अब हमारे देश में जीवन-साथी के चुनाव में लड़के-लड़कियों को भी एक-दूसरे से मिलने का मौका दिया जाता है। माता-पिता का यह कर्त्तव्य है कि इस चुनाव के लिए युवक-युवतियों में समझ पैदा करें। उन्हें एक-दूसरे से मिलने का, एक-दूसरे की योग्यता को परखने का मौका दिया जाय। यदि उन्हें विवाह की ज़िम्मेदारियों की सही जानकारी मिल जाय तो वे अपने चुनाव में अधिक सतर्क रह सकते हैं। विवाह-योग्य उम्र हो जाने पर उन्हें सभा-समाज में मिलने-मिलाने की यदि सुविधाएँ मिलती रहें तो उन्हें अपने अनुकूल जीवन-साथी चुनने का मौका मिल सकता है। पर वह निर्णय बड़ों के मार्ग-प्रदर्शन के सहारे ही होना उचित है। कभी-कभी ऐसा भी देखा गया कि कई माता-पिता अपने बच्चों पर एकछत्र अधिकार रखते हैं। ऐसे युवक या युवती सच्चा प्रेम करने के अयोग्य होते हैं, क्योंकि वे पूर्ण समर्पण नहीं कर पाते। जब उनके जीवन की शुरुआत ग़लत हो जाती है तो आगे जाकर अनेक उलझनें पैदा होती हैं।

हमारे देश में मँगनी की प्रथा विवाह से पूर्व परिचय प्राप्त करने की दृष्टि से ही चालू की गई है। अब मँगनी के बाद अधिकांश शिक्षित घरों में लड़के-लड़की एक-दूसरे के साथ पत्र-व्यवहार करने लगते हैं। विवाह-सूत्र में बँधने से पूर्व एक-दूसरे से मिलना आवश्यक है ताकि लड़का-लड़की अपने विचार, आदर्श और आदतों से एक-दूसरे को परिचित करा सकें। परन्तु इस पूर्व मिलन में प्रणय के बाहुल्य प्रदर्शनों से बचना चाहिए।

यह जीवन गुलाब की शैया नहीं है। जीवनपथ पर कहीं-कहीं काँटे भी होते हैं। इस यथार्थता को समझकर ही गृहस्थाश्रम में प्रवेश करना उचित है। जीवन में निराशा और विफलता कम-अधिक प्रमाण में हरेक दम्पति को भुगतनी पड़ती है। यदि वे दोनों मानसिक रूप से प्रौढ़ हैं अपनी जिम्मेदारियों के प्रति जागरूक हैं तो संघर्ष में उन दोनों ने सहयोग दिया, अपनी एकता और योग्यता को परखा, उसी पृष्ठभूमि पर उनके मधुर

दाम्पत्य प्रेम का सपना साकार होता है। प्रेम का इन्द्रधनुष उदय होता है। परस्पर प्रेम, आदर और सहयोग पर टिके विवाह ही अधिक सफल और स्थायी होते हैं।

विवाह जिस उद्देश्य से किया जा रहा है इसे पहले स्पष्ट कर लेना चाहिए। यदि उद्देश्य गलत है तो विवाह सफल नही हो सकता। कई पुरुष भोग की तुष्टि, बच्चे और गृह-व्यवस्था हो सके इस उद्देश्य से शादी कर लेते हैं। कई लडकियाँ भी पुरुष का वैभव देखकर ऐसे व्यक्ति से ब्याह कर लेती है जिसकी आदतें, स्वभाव और रूप उन्हें पसन्द नहीं होता। जन्मभर साथ रहकर जैसे-तैसे निभा लेना विवाह का आदर्श या उद्देश्य नही है। विवाह की आधारशिला शरीर और आत्मा के पूर्ण मिलन पर टिकती है।

यह समझने की बात है कि प्रत्येक इन्सान दुर्बलताओं का पुतला है। पूर्ण और आदर्श बनने की वह चेष्टा अवश्य करता है। इसके लिए उसे अपने जीवन-साथी से ही प्रेरणा मिलती है। अब यदि उसका जीवन-साथी उसमें प्रशंसा करने की कोई बात ही नहीं समझता तो वह हतोत्साहित हो जाता है। पति-पत्नी को एक-दूसरे को दोषी प्रमाणित कराने मे रस नही लेना चाहिए। सफलता का श्रेय खुद लेना और विफलता दूसरे के माथे मढना यह नीति प्रेम के लिए घातक है। जिद करना या एक-दूसरे की सलाह पर ध्यान न देना, बडबड़ाना, किस्मत को कोसना ये आदते गृहस्थ जीवन को कटु बना देती हैं। कसूर हो जाने पर उसे स्वीकार कर लेना चाहिए। जो अपने जन्म-मरण का साथी है उसके सामने अपना दोष कबूल करने मे भला हेठी कैसी? यदि प्रेम सच्चा है तो हार मे ही जीत का अनुभव होता है। जीवनसाथी का सुख-दुख, जय-पराजय, सफलता-असफलता अपनी हो जाती है। मतभेद या विषमताओं से नाता नही टूटता। जीवन में कटुता आती है स्वार्थ और असहनशीलता से। तब प्रेम का स्थान घृणा ले लेती है। और पति-पत्नी को एक-दूसरे मे अनेक दोष नजर आने लगते हैं।

तलाक ने दाम्पत्य जीवन की मजबूती पर चोट की है। जो व्यक्ति एक के साथ नहीं निभा सका वह भला दूसरे के साथ क्या निभा पाएगा! कइयों का विचार है कि रोज़-रोज के झगडे से तो अलग हो जाना लाख दर्जे अच्छा। पर कहावत है कि खाज और झगडे को जितना अधिक छेडा जाय उतना ही ये बढते हैं। पति-पत्नी को झगडों को मिटाने की चेष्टा करनी चाहिए। उन्हें तूल नही देना चाहिए। एक अनुभवी का सुझाव है कि दोनों मे झगड़ा हो जाय तब भी घबराने की जरूरत नही है। गुस्सा भडभडाकर निकल जाय तो जी हलका हो जाता है, भीतर ही भीतर आग नहीं सुलगती। पर चाहे जो हो जाय, झगड़े पर रात हरगिज मत बीतने दीजिए, क्योंकि उसमें गाँठें खुलती नहीं, पक्की बँध जाती हैं। आखिर पति-पत्नी का व्यक्तित्व अलग थोडे ही है? वह तो अर्धनारी-नटेश्वर की तरह संयुक्त व्यक्तित्व है जो एक-दूसरे के बिना पूर्ण नही है। फिर पति से या पत्नी से माफी माँगना, या समझौता करना क्या अपने आप ही से माफी माँगना या समझौता करना नहीं है?

पति-पत्नी मे पूर्ण सामजस्य हो तो बड़े से बडे दोष भी सहज दूर हो जाते है, और

यदि यह न हो तो छोटे-से तिल का ताड़ बनने लगता है। यह सामंजस्य-स्थापन ही जीवन की एक बड़ी कला है, जो उस नाविक की कला से कम महत्त्व नहीं रखती जो अपने जहाज़ को चट्टानों से बचाकर बन्दरगाह पर ले जाता है।

विवाह को सफल बनाने के लिए कोशिश करनी पड़ती है। यदि आप निभाने का निश्चय करके विवाह करते हैं तो आप अनेक अड़चनों पर अपने दृढ़ संकल्प के कारण विजय प्राप्त कर लेते हैं।

जीवन बहुत अमूल्य है। यह यों ही फेंक देने की चीज़ नहीं है। दूसरी ओर इन्सान की ताक़त व प्रयत्नों का अन्त नहीं है। सच्चे प्रयत्न के आगे कोई भी ऐसी समस्या नहीं जो सुलझ न जाय। इन्सान अपने पेट को भरने के लिए जितना श्रम करता है उसका दशवांश भी यदि वह अपने मन की भूख को शान्त करने के लिए करे तो घर-घर प्रेम की ज्योति जले। प्रेम के प्रकाश में ही तो हृदय प्रकाशवान होता है, आत्मा तृप्त होती है। नारी और नर का मिलन स्वयं में एक काव्य है, इन्द्रधनुष की तरह आकर्षक है, मादक और पूर्ण है। तभी न जार्ज मेरिडिथ ने कहा है कि नारी के साथ उसे ज्ञात हुआ कि प्रेम जीवन में एक नए अध्याय का सूत्र-पात करता है, दाम्पत्य प्रेम उर्वरा भूमि में दृढ़तापूर्वक स्थापित वृक्ष की एक अत्यन्त सूक्ष्म और कोमल शाखा है। इससे इन्द्रियों के जीवन में एक नया रस दौड़ने लगता है, मनों में साहचर्य स्थापित हो जाता है और इस सर्वांग-प्रकृति संसर्ग से आत्माएँ मिलकर एक हो जाती हैं।

2
विवाह अभिशाप क्यों ?

असफलता का हेतु—यदि विवाह करने का ध्येय ग़लत है तो वह सचमुच में पति-पत्नी को ऐसी परिस्थिति में पहुँचा देगा जहाँ कि शादी अपनी बरबादी महसूस होने लगेगी। अपने दुख-सुख का किसी को हिस्सेदार बनाकर जिन्दगी काटने की मनुष्य की इच्छा बहुत ही स्वाभाविक है। पति-पत्नी का मिलकर गृहस्थी चलाना और परिवार बढ़ाना मानव के जीवन की एक मूल आवश्यकता और चाहना है। इसमें उसे जो अनुभव होते हैं, उसका चरित्र कसौटी पर कसकर जब निखरता है तभी उसका पूर्ण विकास हो पाता है। 'शादी दो इन्सानों के बीच का सबसे नजदीकी, गहरा और अपनेपन का रिश्ता है।' जीवनभर साथ रहने की प्रतिज्ञा करके या लोकापवाद के डर से एक साथ रहने मात्र से कोई जीवन-साथी नहीं बन जाता। इसके लिए शरीर की अपेक्षा दो आत्माओं का मिलन अधिक आवश्यक है। शारीरिक आकर्षण क्षणिक है जबकि आत्मा का सौन्दर्य स्थायी है। दो आत्माओं का मिलन धर्म की जंजीरों या कानून से बँधकर नहीं होता। उसके लिए तो महानुभूतिपूर्ण हृदय, स्वतन्त्र विवेक और मानवीय गुणों का होना जरूरी है।

एक अनुभवी का कहना है कि शादी एक हासिल की हुई जिन्दगी की मंजिल है। यदि शादी असफल हो जाती है तो वह अधिकतर हमारी अपनी गलतियों का नतीजा होता है, जो कि मौक़ा पड़ने पर सुधारी जा सकती हैं। शादी जिन्दगी के हर पहलू पर प्रभाव डालने वाला एक बहुत बड़ा परिवर्तन है जो कि पति-पत्नी दोनों की जिन्दगी के रास्ते बदल देता है। उनका पूरा-पूरा व्यक्तित्व बदल जाता है, विचार बदल जाते हैं, शक्ल-सूरत वही होते हुए भी उनकी चमक-दमक और रौनक, सभी कुछ बदल जाती हैं। उनके रहन-सहन, तौर-तरीके, जिन्दगी की मंजिलें, आदर्श, अच्छाई-बुराई के मापदण्ड व उनके नियमों में—सभी में तबदीली आ जाती है।

जैसा कि ऊपर कहा गया है कि यदि शादी का ध्येय और महत्त्व समझे बिना कोई व्यक्ति इसको केवल किसी मंजिल तक पहुँचने का साधन बना लेता है तो उसका वैवाहिक जीवन असन्तोष और दुख से भर जाता है। पारिवारिक जीवन का लौकिक आनन्द उसे प्राप्त नहीं हो सकता। यदि शादी की नींव प्यार और सहयोग पर नहीं पड़ी है तो वह रेत पर खड़े महल की तरह असुरक्षित और अस्थायी है। यदि आपकी दृष्टि अपने जीवन-साथी के धन, यौवन, रूप, उससे विवाह करके प्राप्त होने वाले लाभ तथा सोहरत पर टिकी है तब तो विवाह के उच्चादर्श तक आप नहीं पहुँच सकेंगे। जब तक आपका स्वार्थ पूरा होता रहेगा आप जीवन-साथी का साथ देंगे, बाद में जूठे दोने की तरह उसे बेकाम जानकर फेंक देंगे। यदि आप अपने दाम्पत्य जीवन को ठीक से निबाहेंगे तो आपका

यदि यह न हो तो छोटे-से तिल का ताड़ बनने लगता है। यह सामंजस्य-स्थापन ही जीवन की एक बड़ी कला है, जो उस नाविक की कला से कम महत्त्व नहीं रखती जो अपने जहाज़ को चट्टानों से बचाकर बन्दरगाह पर ले जाता है।

विवाह को सफल बनाने के लिए कोशिश करनी पड़ती है। यदि आप निभाने का निश्चय करके विवाह करते हैं तो आप अनेक अड़चनों पर अपने दृढ़ संकल्प के कारण विजय प्राप्त कर लेते हैं।

जीवन बहुत अमूल्य है। यह यों ही फेंक देने की चीज़ नहीं है। दूसरी ओर इन्सान की ताक़त व प्रयत्नों का अन्त नहीं है। सच्चे प्रयत्न के आगे कोई भी ऐसी समस्या नहीं जो सुलझ न जाय। इन्सान अपने पेट को भरने के लिए जितना श्रम करता है उसका दशवांश भी यदि वह अपने मन की भूख को शान्त करने के लिए करे तो घर-घर प्रेम की ज्योति जले। प्रेम के प्रकाश में ही तो हृदय प्रकाशवान होता है, आत्मा तृप्त होती है। नारी और नर का मिलन स्वयं में एक काव्य है, इन्द्रधनुष की तरह आकर्षक है, मादक और पूर्ण है। तभी न जार्ज मेरिडिथ ने कहा है कि नारी के साथ उसे ज्ञात हुआ कि प्रेम जीवन में एक नए अध्याय का सूत्र-पात करता है, दाम्पत्य प्रेम उर्वरा भूमि में दृढ़तापूर्वक स्थापित वृक्ष की एक अत्यन्त सूक्ष्म और कोमल शाखा है। इससे २..
एक नया रस दौड़ने लगता है, मनों में साहचर्य स्थापित हो
प्रकृति संसर्ग से आत्माएँ मिलकर एक हो जाती हैं।

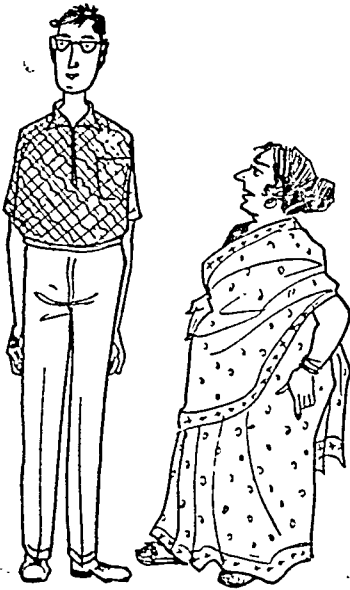
हो न जाए। पर यह समझ रखें कि किसी व्यक्ति को समझने के लिए वर्षों लगते है। दो-चार दिन की मुलाकात से किसी की असलियत का पता नहीं चल सकता। यदि कभी कोई खटकने वाली असमानता का सामना करना पड भी जाय तो चतुराई व समझदारी इसी में है कि उसे निभा लिया जाय। कोई व्यक्ति चाहे कितना भी बुरा क्यो न हो पर उसमे भी कुछ भलाई और खूबियाँ प्यार करने के लिए मिल ही जाती हैं। जरूरत इस बात की है कि आप एक अच्छे मनोवैज्ञानिक पारखी हों। किसी ने कहा है कि लैला को देखने के लिए मजनू की आँखें चाहिएं। सुख या सुन्दरता मनुष्य से अलग अपना अस्तित्व नहीं रखती। ये तो मन का भाव हैं और अपनी-अपनी रुचि या पसन्द और दृष्टिकोण से परखी जाती हैं।

जीवन-साथी का चुनाव कोई खास निश्चित स्तर के आधार पर किया जाना असम्भव है। इसमे तो अपनी-अपनी रुचि और जरूरत का सवाल है। कोई शिक्षा को अधिक महत्त्व देता है, तो कोई सदाचार को, कोई रूप के पीछे बावला है, तो कोई धन और सामाजिक प्रतिष्ठा चाहता है। वैवाहिक जीवन को सफल बनाने के लिए इन ऊपरी साधनों की अपेक्षा आपका निश्चय और दृष्टिकोण अधिक महत्त्व रखता है। जिन व्यक्तियों में निबाहने की प्रवृत्ति और मनोवैज्ञानिक ढंग से समस्याओं को सुलझाने की योग्यता, होती है उनको अपने जीवन-साथी के प्रति कोई भारी शिकायत कभी नहीं होती। पर तुनुकमिजाज, धीर, अभिमानी, ईर्ष्यालु और असहनशील व्यक्ति किसी भी स्थिति में सन्तुष्ट नहीं रहते। जीवन में तृप्ति, सन्तोष और सुविधा जुटाने के लिए मनुष्य हमेशा प्रयत्नशील रहता है, पर वह अपने सब सपने पूरे कर सके या पूर्णता को प्राप्त कर ले यह असम्भव है। यदि पति-पत्नी एक दूसरे को प्रेम करते हैं, सहयोग भावना से गृहस्थी चलाते हैं, तो वे एक-दूसरे के पूरक बन जाएँगे। जहाँ एक के प्रयत्न अधूरे रहेंगे वहाँ दूसरा अपने प्रयत्नों से उसे पूरा कर देगा। सच्चे साथी अपने बारे में कम सोचते है, पर अपने साथी की फिक्र उन्हें अधिक बनी रहती है। एक की विकलता दूसरे को सताती है, एक का दुख दूसरे को तड़पा देता है, मानो दोनो एक साथ ही खिलते और मुरझाते है।

सावधानी के साथ परखकर विवाह करने के पश्चात् भी बाद में कई समस्याएँ ऐसी उठ खड़ी होती हैं कि वैवाहिक जीवन असफल होने की आशंका पैदा हो जाती है। उस समय यदि पति-पत्नी परिस्थितियों पर काबू नहीं पाते तो परिस्थितियाँ उन्हें अपने भँवर में ले लेती हैं। पारिवारिक समस्याएँ और अड़चनें प्रौढ़ावस्था मे भी पैदा हो सकती हैं। अनुभवी और प्रौढ़ दम्पति हार न मानकर अपने बच्चों के आगे अनुकरणीय आदर्श रख-कर मुसीबतों पर काबू पा लेते हैं। नीचे विवाह की कुछ मुख्य समस्याओं का उल्लेख किया जाता है जो कि प्रायः पारिवारिक सुरक्षा को झकझोरकर रख देती हैं :

(1) आर्थिक कठिनाइयाँ, (2) अधिक बच्चों का जन्म, (3) अनुचित सम्बन्ध, (4) तलाक द्वारा छुटकारा पाने की इच्छा, (5) दुर्व्यवहार की शिकायत, (6) आयु की असमानता, (7) मानसिक प्रौढ़त्व का अभाव, (8) किशोर आयु में विवाह, (9) आलोचना

जीवन फूलों की सेज की तरह कोमल और सुखद होगा, पर यदि निवाहने में ग़लती कर गए तो वही काँटों की सेज बनकर शूलेगा।

असमानताएँ कलह का कारण नहीं—कई लोगों का कहना है कि पति-पत्नी में परस्पर असमानताओं के कारण झगड़ा होता है। असमानता और विभिन्नता तो सृष्टि का सौन्दर्य हैं। मनोवैज्ञानिकों का तो कहना है कि विभिन्नता में अधिक आकर्षण होता है। प्रत्येक स्त्री-पुरुष की अपनी-अपनी प्रवृत्ति और रुचि होती है। रेल की पटरी की तरह वे दोनों अलग अस्तित्व रखते हुए भी परस्पर ऐसा सहयोग दे सकते हैं कि उस पर से गृहस्थी की रेलगाड़ी निधड़क फिसलती हुई आगे बढ़ती चली जाय। शादी में विशेष खटकने वाली असमानताएँ हैं—आयु, स्वभाव, रुचि, समझ-दारी, रूप-रंग, कद-काठ आदि में अधिक अन्तर होना। उचित तो यही है विवाह सम्बन्ध करते समय पहले ही सब बातों का समाधान कर लिया जाय, ताकि शादी के बाद किसी दूसरे को इस बात के लिए जिम्मेदार ठहराकर कर्त्तव्य में पीछे हटने का बहाना ढूंढने का मौक़ा

हो न आए। पर यह समझ रखें कि किसी व्यक्ति को समझने के लिए वर्षों लगते हैं। दो-चार दिन की मुलाकात से किसी की असलियत का पता नहीं चल सकता। यदि कभी कोई खटकने वाली असमानता का सामना करना पड़ भी जाय तो चतुराई व समझदारी इसी में है कि उसे निभा लिया जाय। कोई व्यक्ति चाहे कितना भी बुरा क्यों न हो पर उसमें भी कुछ भलाई और खूबियाँ प्यार करने के लिए मिल ही जाती हैं। ज़रूरत इस बात की है कि आप एक अच्छे मनोवैज्ञानिक पारखी हों। किसी ने कहा है कि लैला को देखने के लिए मजनू की आँखें चाहिएँ। सुख या सुन्दरता मनुष्य से अलग अपना अस्तित्व नहीं रखतीं। वे तो मन का भाव है और अपनी-अपनी रुचि या पसन्द और दृष्टिकोण से परखी जाती हैं।

जीवन-साथी का चुनाव कोई खास निश्चित स्तर के आधार पर किया जाना असम्भव है। इसमें तो अपनी-अपनी रुचि और जरूरत का सवाल है। कोई शिक्षा को अधिक महत्त्व देता है, तो कोई सदाचार को, कोई रूप के पीछे बावला है, तो कोई धन और सामाजिक प्रतिष्ठा चाहता है। वैवाहिक जीवन को सफल बनाने के लिए इन ऊपरी साधनों की अपेक्षा आपका निश्चय और दृष्टिकोण अधिक महत्त्व रखता है। जिन व्यक्तियों में निबाहने की प्रवृत्ति और मनोवैज्ञानिक ढंग से समस्याओं को सुलझाने की योग्यता, होनी है उनको अपने जीवन-साथी के प्रति कोई भारी शिकायत कभी नहीं होती। पर तुनुकमिजाज, धीर, अभिमानी, ईर्ष्यालु और असहनशील व्यक्ति किसी भी स्थिति में सन्तुष्ट नहीं रहते। जीवन में तृप्ति, सन्तोष और सुविधा जुटाने के लिए मनुष्य हमेशा प्रयत्नशील रहता है, पर वह अपने सब सपने पूरे कर सके या पूर्णता को प्राप्त कर ले यह असम्भव है। यदि पति-पत्नी एक दूसरे को प्रेम करते हैं, सहयोग भावना से गृहस्थी चलाते हैं, तो वे एक-दूसरे के पूरक बन जाएँगे। जहाँ एक के प्रयत्न अधूरे रहेंगे वहाँ दूसरा अपने प्रयत्नों से उसे पूरा कर देगा। सच्चे साथी अपने बारे में कम सोचते हैं, पर अपने साथी की फिक्र उन्हें अधिक बनी रहती है। एक की विकलता दूसरे को सताती है, एक का दुःख दूसरे को तड़पा देता है, मानो दोनों एक साथ ही खिलते और मुरझाते हैं।

सावधानी के साथ परखकर विवाह करने के पश्चात् भी बाद में कई समस्याएँ ऐसी उठ खड़ी होती हैं कि वैवाहिक जीवन असफल होने की आशंका पैदा हो जाती है। उस समय यदि पति-पत्नी परिस्थितियों पर काबू नहीं पाते तो परिस्थितियाँ उन्हें अपने भँवर में ले लेती हैं। पारिवारिक समस्याएँ और अड़चनें प्रौढावस्था में भी पैदा हो सकती हैं। अनुभवी और प्रौढ़ दम्पति हार न मानकर अपने बच्चों के आगे अनुकरणीय आदर्श रख-कर मुसीबतों पर क़ाबू पा लेते हैं। नीचे विवाह की कुछ मुख्य समस्याओं का उल्लेख किया जाता है जो कि प्रायः पारिवारिक सुरक्षा को झकझोरकर रख देती है :

(1) आर्थिक कठिनाइयाँ, (2) अधिक बच्चों का जन्म, (3) अनुचित सम्बन्ध, (4) तलाक द्वारा छुटकारा पाने की इच्छा, (5) दुर्व्यवहार की शिकायत, (6) आयु की असमानता, (7) मानसिक प्रौढ़त्व का अभाव, (8) किशोर आयु में विवाह, (9) आलोचना।

की प्रवृति। इनके अतिरिक्त और भी कई समस्याएँ हैं जिनका उल्लेख यथास्थान किया गया है। समस्यायों का सामना जीवन के प्रत्येक काल में करना पड़ता है। समझदार व्यक्ति वही है जो इनसे घवराता नहीं है। अधीर और अयोग्य व्यक्ति शिकायतों का अम्बार लगाकर उसकी ओट में अपनी असफलता छिपाने की चेष्टा करते हैं। भगवान ने स्त्री और पुरुष का मानसिक और शारीरिक गठन ऐसा वना दिया है कि दोनों मिलकर ही एक इकाई वनाते हैं और यदि दोनों में सहयोग और समझदारी है तो वे जीवन की वड़ी से वड़ी मुश्किलों का हल ढूंढ निकालने में समर्थ हो सकते हैं। यदि पति-पत्नी आदर्शरूपता वनाए रखें तो सामंजस्य वना रहना सरल है।

आर्थिक समस्या—कहावत है दूध देने वाली गाय की लात भी सह ली जाती है। अधिकांश स्त्रियाँ कमाऊ पति की धांधली भी चुपचाप वर्दाश्त कर लेती हैं। हमारे पड़ोस में एक रायवहादुर रहते थे। उनका स्वभाव वड़ा तेज़ था। यदि खाना समय पर नहीं वना, या वच्चे ऊधम मचा रहे हों अथवा पत्नी से दिनचर्या में कोई भूल हो गई तो वह वुरी तरह विगड़ते थे। पत्नी से वह उम्र में भी वीस वर्ष वड़े थे। सो उन्होंने महीना-पन्द्रह दिन में अपनी पत्नी की लात-घूंसों से पूजा करने का नियम-सा वनाया हुआ था। यदि कोई समझदार स्त्री होती तो उतनी मार और लांछना सहकर एक महीने अपने पति की ओर मुंह न करती, पर हम देखकर हैरान होते कि उसी शाम को रायवहादुर अपनी पत्नी को कनाट प्लेस ले जाते और एक वढ़िया-सी साड़ी या सैंडल या कोई अन्य उपहार खरीद देते। दूसरे दिन से फिर पति-पत्नी का व्यवहार परस्पर ऐसा हो जाता मानो कुछ हुआ ही नहीं था।

अर्थप्रधान दृष्टिकोण रखने वाली स्त्रियों की नज़र पति की कमाई पर वहुत अधिक होती है। चाहे वह ब्लैक से कमाता है, या घूसखोरी से जेबें भरता है उनको इससे कुछ मतलव नहीं होता। उनको तो पति के धन से प्राप्त शान-शौकत और प्रतिष्ठा से मतलव है। आत्मा को वेचकर, अपने आदर्शों का खून करके, ऊपरी आमदनी पैदा करने वाले पति के नैतिक पतन से उन्हें दुख नहीं होता। यह वात नहीं कि आर्थिक लोलुपता केवल स्त्रियों में ही होती है, पुरुष भी विवाह ऐसे घरों में करना चाहते हैं जहाँ उन्हें अधिक से अधिक दहेज मिले, ससुर और साले साहव की सिफारिश से नौकरी मिल जाय। जव इस प्रकार के अर्थप्रधान दृष्टिकोण रखने वाले स्त्री-पुरुषों का विवाह होता है तव धन के अभाव में घर में काफ़ी चख-चख वनी रहती है। लड़ाई और खर्च वढ़ाते कुछ देर नहीं लगती।

मितव्ययता गृहस्थी को सफल वनाने के लिए एक आवश्यक गुण है। पर मितव्ययता पणता का रूप नहीं दे डालना चाहिए। पति-पत्नी को चाहिए कि मिलकर घर का नाएँ, आवश्यक खर्चों पर पैसा पहले खर्चा जाय, मनोरंजन तथा अन्य शान-शौकत पर वाद में। एक-दूसरे के सुझावों का स्वागत करें। पत्नी को इस वात का ध्यान हए कि पड़ोसिन की देखा-देखी ज़ेवर-कपड़े की हवस पूरी करने में पति की ी कमाई न उड़ा दी जाय। आकस्मिक खर्च के लिए भी कुछ वचाकर रखे। ऐसे

मौक़े पर पति-पत्नी का मामला लगता है। कठिन समय में काम आने पर पत्नी पर पति का भरोसा और प्रेम बढ़ जाता है।

अर्थ-संकट के समय पति-पत्नी का कर्तव्य—मैंने आगे जाकर यह बताया है कि पत्नी अर्थसंकट के समय कुछ उपयोगी धन्धा अपनाकर किस तरह परिवार की आय बढ़ा सकती है। "तुम किसी लायक नहीं, तुम-जैसे निखट्टू से ब्याह करके मेरे कर्म फूट गए, सब अरमान धरे रह गए। तुम तो ऐसा जताते हो मानो मुझे सोने से लाद दिया हो। औरतें तो अपने पति के सिर पर राज करती हैं, यहाँ तो सारी उम्र घर की दासी बनकर काटी है। तुम से कुछ होता भी है! निरे निकम्मे और भोंदू हो! तुम्हारे साथ के लोग तरक्की कर गए, तुम वहीं के वहीं धरे हो!" कर्कश स्त्रियाँ अपने पति की इस तरह भर्त्सना करके अपना तथा अपने पति दोनों का बड़ा अहित करती हैं। जिस प्रकार नारी अपने रूप की निन्दा नहीं सहार सकती उसी प्रकार पुरुष अपने पुरुषार्थ की निन्दा सुनकर कटकर रह जाता है। उसका कलेजा वाक्‌बाणों से छिदकर स्त्री के प्रति कटुता से भर जाता है। वह सोचता है यह मेरे धन की ही भूखी है। समझदार स्त्रियाँ अपने पति को अर्थसंकट के समय सांत्वना तथा प्रयत्न करने की प्रेरणा देती हैं। तुलसीदासजी ने ठीक ही कहा है—"धीरज धर्म मित्र अरु नारी, आपत काल परखिए चारी।" जो स्त्री संकट के समय साथ देती है वही सच्ची मित्र है। यदि अर्थसंकट के भँवर में गृहस्थी की नाव पड़ गई है तो उसमें

बैठे हुए लोगों के घबरा जाने से, स्थिति सुधरने के बदले और बिगड़ेगी। इससे केवट मति-भ्रम हो जाने से हौसला खो बैठेगा। उचित तो यह है कि उस समय घर के बजट में उचित परिवर्तन कर परिस्थिति का मुक़ाबला करने के लिए सबको मिलकर सहयोग देना चाहिए।

कई एक अनावश्यक खर्च घरों में होते हैं जिन्हें रोककर अर्थसंकट को टाला जा सकता है यथा नौकर रखना, चाय-पार्टियाँ देना, भोजन के समय दो-तीन चीज़ें बनाना, सिगरेट, तम्बाकू, पान या और कोई इसी प्रकार के व्यसनों पर पैसा खर्चना, सिनेमा, बच्चों को

पढ़ाने के लिए मास्टर रखना, प्रतिमास धोबी से बेहिसाब कपड़े धुलवाना, बाज़ार की बनी हुई मिठाई और चाट-पकौड़ी खाने का शौक पूरा करना, घर की चीज़ें और कपड़ों की सँभाल [illegible] से न करना और नई चीजें या कपड़े ख़रीद लाना, दिखावे के लिए शान-शौकत पर [illegible]ना, जिन तीज-त्योहारों या संस्कारों का आप महत्त्व नहीं समझते उन पर विश्वास [illegible] हुए भी समाज के डर से उन्हें मानना, अपने में अधिक ऊँचे स्तर के लोगों से

सामाजिक सम्बन्ध जोड़ना, मोटर या सवारी के बिना घर से बाहर कदम न रखना आदि ऐसे अनेक खर्च कई घरों में होते हैं और इन्हें न रोककर दम्पति कर्ज के चक्कर में पड़ जाते हैं।

हमारे शहरी पारिवारिक जीवन में एक और कमी यह भी है कि आर्थिक साधन जुटाने का सारा बोझ पति पर आ पड़ता है, स्त्री का काम केवल गृहस्थी सम्भालना समझा जाता है। और बच्चे तो आर्थिक समस्या को हल करने में प्राय मदद ही नहीं करते, जबकि अमेरिका, इंग्लैंड, यूरोप और एशिया के कुछ देशों में बच्चे भी अवकाश के समय छोटा-मोटा काम लेकर अपना जेबखर्च, ट्रिप पर जाने का खर्च या अपने विशेष शौक, यथा कैमरा या रेडियो खरीदने, क्लब में शरीक होने आदि का खर्च कमाकर पूरा कर लेते हैं। यदि हमारे बच्चों को कार्य की पूजा सिखाई जाय तो वे भी मेहनत करके परिवार की आर्थिक कठिनाई दूर करने में हाथ बँटा सकते हैं। छोटे बच्चे घर के काम में सहयोग देकर, बड़े बच्चे अवकाश के समय कोई पार्ट-टाईम काम करके अपनी पढाई का खर्चा आसानी से निकाल सकते हैं। केवल किताबी ज्ञान से किसी का जीवन सफल नहीं हो सकता, हाथ की दस्तकारी भी प्रत्येक बच्चे को सिखाना जरूरी है, यथा बढ़ईगीरी, कताई-बुनाई का काम, मिस्त्री का काम, सिलाई-कटाई, कढाई-बुनाई, भोजन पकाना, चित्रकारी आदि ऐसे हुनर हैं, जोकि गृहस्थी के लिए बहुत उपयोगी प्रमाणित हो सकते हैं।

परिवार का विस्तार—बच्चे परिवार का एक आवश्यक अंग हैं। जहाँ एक ओर निसन्तान दम्पति का जीवन अधूरा और डाँवाडोल रहता है, वहाँ दूसरी ओर अधिक बच्चों

... देती है। अधिक

बच्चों के जन्म से स्त्री का स्वास्थ्य चौपट हो जाता है। परिवार का आर्थिक सन्तुलन बिगड़ जाता है। अधिक बच्चों की शिक्षा और देखभाल ठीक से नहीं हो पाती। बिना सोचे-समझे परिवार का विस्तार करते जाना बहुत बड़ी नादानी है। यह एक सामाजिक अपराध है और होने वाले बच्चों के प्रति घोर अन्याय है। अधिक बच्चों की जिम्मेदारी आ पड़ने पर पति केवल कमाने की मशीन बना हुआ इसी चिन्ता में डूबा रहता है कि चार पैसे और कैसे कमा सकूँ ताकि बच्चों की ज़रूरतें पूरी हो जायँ और पत्नी बच्चों तथा घर-गृहस्थी की केवल प्रबन्धक बनकर ही रह जाती है। बच्चों की बीमारी, सेवा, पालन-पोषण, खाने-पकाने और नहलाने के सिवाय और कुछ करने के लिए उसके पास समय ही नहीं बचता। कोई परिवार जिसकी आमदनी ढाई सौ रुपया है यदि उसके केवल दो बच्चे हैं तो वह अपना खर्चा किफायतशारी से चला लेगा। पर यदि उसी परिवार में आठ बच्चे हैं तो उनके खानेभर के लिए दो वक्त पेटभर भोजन जुटाना और शरीर ढकना एक समस्या बन जायगा।

अधिक सन्तान के कारण पति-पत्नी का दाम्पत्य जीवन भी नीरस होकर, बोझ से दबकर कुचल-सा जाता है। पति के सब सपने अधूरे ही धरे रह जाते हैं, परिवार उसके लिए एक आनन्द का हेतु न रहकर गले पड़ी मुसीबत बन जाता है। पत्नी तो मानो बच्चों की कांय-कांय से तंग आकर बावली-सी हो जाती है। बच्चों को वह अपनी बीमारी, ग़रीबी और अभावों का कारण जानकर उन पर हमेशा बिगड़ती रहती है। अधीर होकर उन्हें गालियाँ देती है। पति को उनका हेतु जानकर उसे सम्भोग तथा पति से भी चिढ़ हो जाती है। इस प्रकार शादी उसे अपनी बरबादी-सी प्रतीत होने लगती है। वह सोचती है, 'न शादी हुई होती, न यह दुर्दशा होती। शारीरिक सुख के लिए इन अनचाहे बच्चों की माँ बनना पड़ा। एक-दो होते तो खिलाने-पिलाने और पालने-पोसने का भी शौक होता। अब तो गरीबी में आटा गीला। एक तो कमाई थोड़ी, तिस पर हर दूसरे साल बच्चे का जन्म, काया टूट गई ! राम जाने माँ-बाप बच्चों की शादी के पीछे इतने उतावले क्यों होते हैं ? अगर पता होता कि शादी के बाद यह दुर्दशा होगी तो कभी शादी करवाती ही न।' उपरोक्त शिकायत में अधिकांश नारियों के जीवन की कटुवाहट प्रकट होती है। अतएव यदि आप चाहते हैं कि आपके दाम्पत्य जीवन में असन्तोष न छाए और समस्याएँ न बढ़ने पाएँ तो अनचाहे बच्चों के माता-पिता होने से बचें। पारिवारिक नियोजन का महत्त्व समझें। इसके विषय में आगे विस्तारपूर्वक सुझाव दिये गए हैं।

अनुचित सम्बन्ध—सच्चरित्रता पारिवारिक जीवन की आधारशिला है। पारिवारिक जीवन में कई एक अड़चनें आती हैं, सफलता-असफलता, दुख-सुख, उन्नति-अवनति तथा अच्छे-बुरे दिनों का अनुभव प्राप्त करते हुए पति-पत्नी आगे बढ़ते हैं। यदि वे [illegible] एक-दूसरे के प्रति सच्चे और एकनिष्ठ हैं तब तो वे झंझावात से घबराएँगे नहीं, यदि उनमें सदाचार का अभाव होगा तो वे अवश्य ही फिसल जाएँगे। देखने में

जाता है कि चरित्रहीनता की चट्टान से ही टकराकर अधिकांश विवाह असफल होते हैं। जब किसी सदाचारी व्यक्ति को यह पता चलता है कि मेरा साथी मुझे धोखा दे रहा है, मेरी बगल में बैठकर वह अपने किसी और के देखता है उनका प्रेमालाप केवल शब्दाव-म्बार मात्र है और लोकलाज या केवल धार्मिक बंधन और कानून की जंजीर ही हमें बाँधे हुए हैं तो उसका मन टूट जाता है। ऐसी स्थिति में स्त्री तो अपना रोना अड़ोस-पड़ोस तथा स्वजनों के आगे रो लेती है पर पुरुष अपने पौरुष की लाज के मारे या तो कुढ़कर रह जाता है अथवा दण्ड नीति अपना लेता है। समाज में पुरुष का दुश्चरित्र होना मानो एक अधिकार की बात समझकर स्वीकार कर ली जाती है। यदि वह धनी है तो पर-स्त्री गमन अमीरों की विलास-लीला का एक आवश्यक अंग मान लिया जाता है। यहाँ तक कि पति के परिजन भी पति से ही सहानुभूति रखते हैं। पत्नी यदि कुरूप है, अशिक्षित है, फूहड़ है या पति को प्रसन्न करने में असफल रही है अथवा निस्सन्तान या रोगी है तब तो मानो पति के लिए बाहर मनोरंजन का साधन ढूंढ लेना अथवा दूसरा विवाह कर लेना अनिवार्य ही मान लिया जाता है। पति से प्रेम और आदर मिलने पर ही पत्नी को परिवार और समाज में सम्मान मिलता है नहीं तो वह दूध की मक्खी की तरह दूर हटा दी जाती है।

सदाचार और निष्ठा का बन पति और पत्नी दोनों के लिए जरूरी है। पत्नी के लिए तो और भी जरूरी है क्योंकि उस पर वंश की शुद्धता बनाए रखने की जिम्मेदारी है। माता के चरित्र का बच्चों पर भी बहुत प्रभाव पड़ता है। दुराचारिणी माता से बढ़-कर सन्तान का और कोई शत्रु नहीं है। सात्विकवृत्तियाँ, पवित्रता, बाल-बच्चों से स्नेह, घर से प्यार आदि गुण स्त्री में पुरुष की अपेक्षा अधिक हैं। बाल-बच्चों वाली स्त्रियाँ सौ में एक-दो ही दुश्चरित्र पाई जाएँगी। वह भी ऐसी सूरत में जबकि वह समाज में अरक्षित हों, या रक्षक ही भक्षक बन जाएँ। अथवा अर्थाभाव में अपने बच्चों का पेट पालने के लिए किसी के अहसान के नीचे दब जाएँ। साधारण बुद्धि वाली स्त्री भी बुरे मार्ग में पाँव धरते और उसके परिणाम से डरती है। यदि परिस्थितियाँ उसे मजबूर न करें तो वह मर्यादा का उल्लंघन कभी नहीं करती। 'मेरा अपना घर हो, बच्चे हों, पति की छत्रछाया हो, अपना परिवार बनाकर समाज में मैं एक इज्जत की जिन्दगी बसर करूँ' यह कामना प्रत्येक स्त्री में बहुत प्रबल होती है। यही उसे कुमार्गगामी होने से रोकती है। पुरुष मनो-रंजन, शौक और वासना से प्रेरित होकर जान-बूझकर दुराचारी हो जाता है। प्रलोभनों का वह जल्द शिकार हो जाता है, जबकि स्त्री लाचारी या मूर्खता के कारण ही पर-पुरुष की वासना का शिकार होती है। अपनी निसन्तान स्त्री का त्याग [illegible] पुरुष को अधिक संकोच नहीं होता। हाँ, बच्चों के कारण [illegible] खाने-पीने का ठौर-ठिकाना बना भी [illegible] के जैसा [illegible] समझता [illegible] हैं उन्हीं [illegible] स्वीकार

करेगा ? कभी नहीं ! इस लाचारी के मूल में है नारी की आर्थिक पराधीनता।

तलाक़ क्या ऐसी समस्याओं का सही हल है ?—ऐसी समस्याएँ तलाक से सुलझने के बदले और उलझ जाएँगी। अब तक तो ऐसा होता था कि अनमेल विवाह भी दम्पति लोकलाज और सामाजिक लाचारी के कारण निभाते जाते थे। युवावस्था में खटपट अधिक होती थी तो मेल भी जल्द हो जाता था। प्रौढ़ावस्था बीत जाने पर जब बाल-बच्चे बड़े हो जाते थे तब अपनी उम्र और सामाजिक प्रतिष्ठा का ध्यान करके स्त्री को त्यागने की धमकी देना पति बन्द कर देता था। केवल निसन्तान होने पर ही पति दूसरा विवाह करता था। इस प्रकार अनचाही पत्नियों के भी खाने-पीने और रहने का ठौर बना रहता था। अब जबकि तलाक़ का क़ानून पास हो गया है, केवल परिवार में वही स्त्रियाँ उससे लाभ उठा सकेंगी जिनकी आर्थिक स्थिति सन्तोषजनक है, जो खुद कमा सकती हैं या पीहर वाले जिन्हें सहारा देने की सामर्थ्य रखते हैं। पर इसमें भी कुछ ज़्यादा दम नहीं दिखता। क्योंकि सम्मिलित पारिवारिक जीवन प्रथा के छिन्न-भिन्न हो जाने से परित्यक्ता कन्या की ज़िम्मेदारी सिवाय माँ-बाप के और कोई शायद ही सम्भाले। यदि कन्या बच्चों वाली हुई तो ममतावश वह अपने बच्चों को छोड़ना नहीं चाहेगी, पर दूसरी ओर आर्थिक कठिनाई के कारण उसको बच्चों सहित कहीं जल्द आश्रय मिलना कठिन हो जायगा। मुक़दमा करने पर तलाक़ भी मिल सकता है, पति से निर्वाह का खर्चा मिलना भी मंजूर हो जाएगा, परन्तु इन सबका जो कटु अनुभव उसे होगा उसके कारण स्त्री को तीव्र मानसिक आघात पहुँचेगा।

युवती कन्या या एक बच्चे की माँ जब पीहर में परित्यक्ता होकर आएगी तब माता-

पिता के लिए न केवल उसके भरण-पोषण का ही सवाल होगा, पर कन्या के जीवन का सूनापन दूर करने के लिए क्या उपाय किया जाय यह भी एक समस्या माँ-बाप को ही सुलझानी पड़ेगी। यह सबसे कठिन समस्या होगी क्योंकि कुमारी कन्या का विवाह दहेज आदि देने पर भी माँ-बाप की परेशानी का कारण बना रहता है। फिर भला 'सेकिण्ड हैंड' युवती का, जिसके एक-दो बच्चे भी हों, पुनर्विवाह होना कैसे सरल हो सकता है। स्त्री और लता का स्वभाव एक-सा है। वह अपने समीप के अवलम्बन पर छा जाती है। जिसके सम्पर्क में वह आती है उसी को स्वीकार कर लेती है। ऐसी सूरत में जो स्त्रियाँ घर से बाहर काम करती हैं उन्हें तो स्वयंवरा होने की सुविधाएँ प्राप्त होंगी पर अशिक्षित, चहारदीवारी के अन्दर बन्द रहने वाली बहनों की स्थिति शोचनीय हो जायगी।

पाश्चात्य देश में जो बात आसान है वह हमारे यहाँ इसलिए व्यावहारिक नहीं हो सकती क्योंकि हमारे यहाँ स्त्रियों का सम्पर्क पुरुषों से बहुत कम होता है। उन्हें स्वयंवरा होने की न तो सुविधाएँ ही प्राप्त होती हैं और न ही उन्हें इतनी शिक्षा ही मिली होती है कि इस जिम्मेदारी को शान के साथ निभा सकें। सम्पत्ति की मालकिन कुछ गिनी-चुनी स्त्रियाँ ही होंगी। साधारण गृहस्थी की स्त्रियों की हालत तलाक का द्वार खुले रहने से शोचनीय हो जायगी। 'धोबी का कुत्ता न घर का न घाट का' इस उक्ति को चरितार्थ करती हुई ये पति और पिता दोनों के घरों में तिरस्कृत जीवन ही व्यतीत करने को लाचार होंगी।

माना कि तलाक आसानी से नहीं दिया जा सकेगा, पर इसका मनोवैज्ञानिक प्रभाव विवाह पर अच्छा नहीं पड़ेगा। इससे पति-पत्नी में भगोड़ेपन की प्रवृत्ति जोर पकड़ लेगी। 'नहीं निभी तो अलग हो जाएँगे' यह भावना उन्हें प्रतिकूल परिस्थितियों से जूझने के बदले कर्मक्षेत्र से भागने की प्रेरणा देगी। ऐसे स्त्री-पुरुष कभी भी अच्छे पति-पत्नी नहीं बन सकेंगे। भारत की संस्कृति धर्मप्रधान है। यहाँ विवाह का सम्बन्ध शरीर से नहीं अपितु आत्मा से माना जाता है। पति-पत्नी के सिंहासन पर हाथ पकड़कर, जीवन-साथी बनने का प्रण कर जब दो व्यक्ति बैठ जाते हैं तो वे एक-दूसरे के प्रिय और पूज्य बन जाते हैं। इस पूज्य व पवित्र सम्बन्ध के प्रेम, त्याग और श्रद्धा अनुचर हैं। स्त्रियाँ भावुक हैं इसलिए वे अपने पति को देवता और परमेश्वर मानकर पूजती हैं, उनकी आस्था पर ही गृहस्थी की पवित्रता और एकनिष्ठा बनी रहती है। पुरुषों के जीवन में एक के बाद दूसरी स्त्री का आना चाहे आकर्षण और नवीनता लिये हुए हो, पर स्त्री के लिए वह वस्त्रहरण की तरह लज्जा का विषय है। स्त्रियों के पुनर्विवाह को हमारे यहाँ इज्जत की नजर से नहीं देखा जाता। अपने विवाह के पहले के रोमांसों को पुरुष गौरव के साथ वर्णन करते हैं, पर स्त्रियाँ उनके झूठे आक्षेप मात्र से ही काँप जाती हैं। सम्बन्ध पक्का करते समय यदि इस बात की भनक कि 'हमारी होने वाली बहू का प्रेम-सम्बन्ध किसी पड़ोस के लड़के से था या वह किसी और से विवाह करना चाहती है, अथवा उसको पड़ोस के शोहदे गुम-

नाम पत्र लिखते थे, सुसराल वालों के कानों में पड़ जाय तो सगाई टूटते देर नहीं लगती।

क़ानून चाहे कितने बन जायँ पर आर्थिक पराधीनता के कारण स्त्री पुरुष के सामने दबी हुई है। पुरुष कमाता है, धनी है,तो वह एक छोड़ दस विवाह कर लेगा। उसके लिए लड़कियों की कमी नहीं है। पुरुष यदि स्त्री से ऊब गया है तो वह अपने दुर्व्यवहार से उसकी ज़िन्दगी दूभर बनाकर, उसे तलाक़ देने पर बाध्य भी कर सकता है। तो भी घाटा स्त्री को ही रहेगा, पुरुष का मार्ग तो साफ हो जाएगा। क़ानून से निर्वाह का खर्चा मंजूर हो जाने पर भी उसे प्राप्त करना उतना आसान नहीं होगा। बाप बच्चों को प्यार करता है क्योंकि उनकी माँ से उसे प्यार है। बिना माँ के बच्चों की बाप भी उपेक्षा करता है, यह दुनिया से छिपा नहीं। स्त्री को छोड़ते समय पति बच्चों से भी अपनी ममता तोड़ देगा। विवाह विच्छेद का कुपरिणाम सबसे अधिक बच्चों को भोगना पड़ेगा। वे अरक्षित और उपेक्षित रह जाएंगे।

दुर्व्यवहार की शिकायत—अदालत में विच्छेद के लिए क़ानूनी आधार के तौर पर दुर्व्यवहार कारण बताया जाता है। दुर्व्यवहार की परिभाषा इतनी विस्तृत है कि उसमें मामूली से मामूली बातें भी गिनाई जा सकती हैं। इस विषय में एक अनुभवी विद्वान का कथन है कि "दुर्व्युवहार तो उन कारणों का परिणाम होता है तो प्रतिकूल विवाहों की असफलता के जनक होते हैं। यह प्रतिकूलता असफल दम्पति के मन में विवाह की मूलभूत धारणाओं के प्रति होती है। वे दोनों विवाह के अयोग्य होते हैं। उनका मानसिक विकास अधूरा होता है। वे अभी विवाह की ज़िम्मेदारियों को निभाने योग्य नहीं होते।"

परस्पर रुचि विभिन्नता, न्यूनता तथा स्वतन्त्र विचार रखते हुए भी दो ऐसे व्यक्ति जिनमें सहिष्णुता तथा परिपक्व विवेक है एक-दूसरे के सफल जीवन-साथी बने रह सकते हैं। माँ-बाप को अपना बच्चा अनेक कमज़ोरियों बुराइयों और भूलों के बावजूद भी प्यारा लगता है। वे शिकायत करते हैं, उसे सुधारते हैं, समझाते हैं पर उससे अपना नाता नहीं तोड़ लेते। अगर अपनत्व की यही भावना पति-पत्नी में भी बनी रहे तो उनका नाता भी अटूट बना रह सकता है। यह तभी सम्भव हो सकता है जबकि मन में मैल न जमने पाए। दुर्व्यवहार की शिकायत तो अपनी असफलता और मन की क्षुद्रता को ढकने के लिए की जाती है। अविश्वास, उपेक्षा, आलोचना, व्यंग तथा दूसरे को दोषी प्रमाणित करने की चेष्टा द्वारा प्रेम-सरोवर के निर्मल जल को नासमझ दम्पति गंदला करते रहते हैं।

एक कहावत है कि घर-घर मिट्टी के चूल्हे हैं। आप यह नहीं कह सकतीं कि अमुक दम्पति सब तरह से सुखी हैं। किसी के जीवन में कुछ कमी है तो किसी के कुछ। किसी को धन का अभाव है तो कोई निसन्तान है। किसी को स्वास्थ्य का रोना। किसी के परिवार में सब कुछ होते हुए मानसिक शान्ति नहीं है। किसी के बच्चे नालायक हैं। किसी की अपने परिजनों से नहीं पटती। वे ही दम्पति सुखी हैं जो कि अपने अभावों का रोना न रोकर,

उनकी कमी को अपने अन्य भावों से पूरा करते हुए यथाशक्ति सन्तुलन बनाए रखते हैं। जीवन को सुखी बनाने की यथाशक्ति चेष्टा करना प्रत्येक दम्पति का कर्तव्य है। जीवन में कुछ न कुछ कमी तो हरेक परिवार में बनी ही रहती है। अनमेल विवाह की शिकायत बिलकुल दूर नहीं हो सकती, चुनाव करते समय मोटी-मोटी बातों का ही ध्यान रखना सम्भव हो सकता है, यथा आयु, रूप-रंग, कद-काठ, शिक्षा, सामाजिक स्तर, स्वास्थ्य, गृहस्थी चलाने या अर्थोपार्जन करने की योग्यता। चरित्र और स्वभाव की अन्य बातें तो साथ रहने पर, परिस्थितियों की कसौटी पर, कसने पर ही परखी जा सकती हैं। इनको पहले से परख लेना असम्भव है। कोई कन्या देखने में स्वस्थ व सुन्दर है, घर के काम में माँ का हाथ बँटाती है इसी से आप अन्दाज लगा सकते हैं कि यह एक अच्छी माँ बन सकती है और अपनी गृहस्थी सभालने में सुघड़ होगी। परन्तु सम्भव है कि आगे जाकर दो-चार बच्चों को जन्म देने के बाद उसका रूप-रंग और स्वास्थ्य गिर जाय, या प्रतिकूल परिस्थितियों में वह अपने आर्थिक संकट को न सभाल सके। यह भी सम्भव है कि पारिवारिक असुविधाओं और अभाव से घबड़ाकर प्रतिक्रियावादी बन जाय। उसका मानसिक स्वास्थ्य दुर्बल होने के कारण उसका व्यवहार समस्यापूर्ण हो जाय। अतएव यह बात नहीं है कि जिनका अनमेल विवाह होता है उन्हीं पति-पत्नी में झगड़े होते हैं पर अपनी नासमझी से ऐसे दम्पति भी, जोकि हर तरह से एक-दूसरे के योग्य है अपने पारिवारिक जीवन को समस्यापूर्ण बना डालते हैं। विवाह एक पवित्र बन्धन है, इसकी पवित्रता और एकता को निभाना प्रत्येक दम्पति का कर्त्तव्य है। परस्पर असमानता होने पर भी यदि आप परिस्थितियों को सुधारने की योग्यता रखते हैं, समस्याओं को सुलझाने में सतत प्रयत्नशील है तो इसमें कोई सन्देह नहीं कि आपकी प्रेमबेलि हरी-भरी बनी रहेगी।

आयु की असमानता—दाम्पत्य प्रेम और वैवाहिक जीवन को सफल बनाने के लिए इस बात की बहुत आवश्यकता है कि पति-पत्नी न केवल शारीरिक अपितु मानसिक रूप से भी एक-दूसरे के अनुरूप हो। वर और वधू की आयु में 5-6 वर्ष का अन्तर तो वाञ्छनीय है ही। स्त्रियाँ माँ बनती हैं, इससे उनकी शारीरिक शक्ति का जल्द ह्रास होता है और यौवन जल्दी उतार पर आ जाता है। वैसे भी एक लड़की लड़के की अपेक्षा चार-पाँच वर्ष पहले मानसिक और शारीरिक रूप से परिपक्व हो जाती है। पर कई स्त्री-पुरुष इसके अपवाद भी हैं। खिलाई-पिलाई अच्छी होने पर स्वस्थ और सुखद वातावरण मे रहने तथा सौन्दर्य और स्वास्थ्य की अच्छी सार-सभाल रखने से वे अपनी आयु से पाँच-सात वर्ष छोटे ही लगते है। इस विषय में वशज विशेषता भी बहुत महत्त्व रखती है। यदि पुरुष की नस्ल अच्छी है और वह नियमित जीवन व्यतीत करता है, उसे कोई व्यसन नहीं है, वह स्वस्थ है और सदाचारी है तो यदि वह अपनी पत्नी से दस-बारह वर्ष बड़ा भी हो तो भी कोई हर्ज नहीं। पर जरूरत इस बात की है कि पति में जिन्दादिली और पत्नी में मानसिक प्रौढत्व का अभाव न हो। यदि पति-पत्नी में आयु का काफी अन्तर है तो केवल इसी कारण से दाम्पत्य जीवन असफल हो जाय ऐसी बात नहीं होनी चाहिए। आयु वर्षों

में नहीं अपितु मनुष्य की कार्य तथा सुख-भोग करने की शक्ति पर निर्भर है। शरीर से जवान होते हुए भी स्त्री-पुरुष मन से बूढ़े होते हैं। उनमें ज़िन्दादिली का अभाव होता है। जीवन का उत्साह नहीं होता। वे काम करने में दिलचस्पी नहीं लेते। उनमें दिनचर्या में नवीनता लाने की चाहना नहीं होती। वे मुरझाए-मुरझाए से रहते हैं। किसी काम को अधिक देर तक नहीं कर सकते, नए तरीकों और नए वातावरण से वे जल्दी ही ऊब जाते हैं। योग्यता और सामर्थ्य होते हुए भी उनमें आत्मविश्वास और उत्साह की कमी होती है। जबकि इसके विपरीत कुछ व्यक्ति वृद्धावस्था में भी उत्साह एवं आत्मविश्वास से परिपूर्ण होते हैं। उनमें जिन्दादिली और अलग काम करने की शक्ति होती है। वे अपने आसपास के लोगों में उत्साह भरने में समर्थ होते हैं। शारीरिक और मानसिक रूप से वे स्वस्थ और सुन्दर होते हैं। अमर यौवन का वरदान-सा प्राप्त किये हुए ऐसे व्यक्ति 'जिन्दगी जिन्दादिली का नाम है' इसको पूर्ण रूप से चरितार्थ करते हैं। पति-पत्नी की आयु में अधिक अन्तर होते हुए भी यदि उनके मानसिक प्रौढ़त्व का स्तर एक-सा है तो आयु की विषमता खटकती नहीं है। इसके अतिरिक्त यदि पुरुष दीर्घजीवी और निरोग परिवार का है, अपने क़द-काठ से वह सुडौल, स्वस्थ और आकर्षक है, अपनी दिनचर्या में वह चुस्त-दुरुस्त है, उसकी तबीयत रंगीन है तो ऐसे पुरुष की आयु की विषमता भी नहीं खटकती।

पति-पत्नी का चरित्र, यौवन और स्वास्थ्य एक-दूसरे के सहयोग पर निर्भर है। यह तभी सम्भव हो सकता है यदि उनके प्रेम का आधार शारीरिक आसक्ति न हो और वे सच्चे अर्थों में एक-दूसरे के जीवन-साथी प्रमाणित होने का प्रयत्न करते रहें और उनमें परस्पर मित्र-भाव बना रहे। आत्मिक मिलन के लिए समझदारी की ज़रूरत है। पति जब पत्नी को अपनी दासी या सम्पत्ति न समझकर बराबर का दर्जा देता है तभी वह सखी के कर्त्तव्य को ठीक से निभा सकती है। देखने में आता है कि अधिक आयु वाले पति अपनी पत्नी को नादान, नासमझ या चंचला मानकर उस पर अधिक कड़ाई रखते हैं। हीन-भावना के कारण उस पर अविश्वास करते हैं। यह बड़ी भारी भूल है। कोई भी पत्नी दण्ड या ताड़ना का भय दिखाकर सती-साध्वी बनाकर नहीं रखी जा सकती। सन्देह और भर्त्सना से नारी का हृदय कुंठित हो जाता है। वह लाचारी में चाहे चुप मार जाय पर मन ही मन उसका हृदय विद्रोह करने लगता है। वह सोचती है, 'मेरे पति की आयु अधिक है, इसी से वह कठोर और सनकी स्वभाव के हैं, इनका दिल मुर्दा है, मेरा हँसना-बोलना इन्हें बुरा लगता है। अपनी शारीरिक दुर्बलता को यह मुझ पर रोब जमाकर पूरा करना चाहते हैं। आयु में अधिक अन्तर होने के कारण मेरे तो अरमान ही अधूरे रह गए।' कभी-कभी ठीक इससे उलटा भी होता है। छोटी आयु की पत्नी के आगे पति हीन-भावना से भरकर उसका दबैल बन जाता है। नारी कभी ऐसे पति को पसन्द नहीं करती जो कि आत्मसम्मान खोकर उसका गुलाम बन जाय। पति के प्रेम को जीतने जब नारी को चेष्टा करनी पड़ती है तभी उसे सन्तोष होता है। अपनी कम आयु की का प्रेम, विश्वास और श्रद्धा प्राप्त कर जब पति उसका मार्ग-प्रदर्शक बनता है तो

पत्नी को उसकी आज्ञाकारिणी और अनुवर्ती बनने में कष्ट नहीं होता।

उम्र की विषमता भूलने का सबसे अच्छा तरीका है परस्पर मित्र-भाव होना। जब

दिल मिला हो तो पति की अधिक उम्र भी नहीं खटकती। मित्रता बनाए रखने के लिए मित्र के कर्त्तव्य को भली प्रकार निभाना चाहिए। परस्पर सहयोग, एक-दूसरे के दुख-भाव को समझने की चेष्टा, अपराधों को क्षमा करना, सहनशीलता, निष्कपटता, मुसीबत में एक-दूसरे के काम आना, दुख में हिम्मत बढ़ाना, प्रगति करने की प्रेरणा देना, गुणों की प्रशंसा करना, ग़लती को तरह देना, ममता और प्रेम का प्रदर्शन करना आदि बातें मित्रता बनाए रखने के लिए बहुत ज़रूरी हैं।

पति गुरु-पद की मर्यादा को निभाए—यदि विवाह रजामंदी से हुआ है तब तो आयु की असमानता खटकनी ही नहीं चाहिए। यदि सम्बन्ध किसी आर्थिक दबाव या लाचारी से हुआ है तब भी पति को चाहिए कि पत्नी को गृहस्थ जीवन की सफलता का आधार समझाए। उसके मन में किसी प्रकार की कचोटन न पैदा होने दे। हमारे देश में, बालिकाएँ, विवाह के बाद ही 'सेक्स' से परिचित होती हैं। इस मामले में पति ही उनके गुरु और मार्ग-प्रदर्शक होते हैं। कई पुरुष आरम्भ में अपने बल और मर्दानगी का रोब नवविवाहिता पत्नी पर डालने के लिए विषय-भोग में अति कर जाते हैं। पाँच-सात वर्ष बाद आयु की अधिकता के कारण जब पुरुष धीमा पड़ जाता है तो पत्नी की माँग बढ़ गई होती है। बस, फिर स्त्री अपने पति को हारा-थका, दुर्बलता और बुढ़ापे से ग्रस्त समझ

कर उससे निराश-सी हो जाती है। पत्नी में 'सेक्स' के विषय में ऐसी भ्रान्ति उत्पन्न करने की भूल पुरुष प्रायः करते हैं। यदि वह प्रारम्भ में ही अपनी पत्नी को दाम्पत्य सुख का सुन्दर दिग्दर्शन कराये, शरीरिक मिलने के साथ ही आत्मिक मिलन का भी महत्त्व बता दे, तो आगे जाकर इतनी गलतफहमी नहीं हो सकती।

हमारे देश में पति-पत्नी की आयु में पांच-सात वर्ष का अन्तर तो वांछनीय ही माना गया है। आयु, शिक्षा, साधारण ज्ञान और सामाजिक जीवन के अनुभव में पति का पत्नी से श्रेष्ठ होना स्वाभाविक ही है। अतएव इस श्रेष्ठता और गृहस्वामी होने के नाते उस पर गुरुपद का भार सहज ही आ पड़ता है। उस पद की मर्यादा निभाने की योग्यता के अभाव में पति की स्थिति बड़ी हास्यास्पद प्रतीत होने लगती है। ससुराल में सहानुभूति, मार्ग-प्रदर्शन तथा रक्षा के लिए पत्नी अपने पति का ही सहारा ढूंढ़ती है। अब यदि पति आत्म-निर्भर नहीं है, आर्थिक रूप में पराधीन है तो वह स्वामी, रक्षक और गुरुपद के कर्त्तव्य को ठीक से निभा नहीं पाएगा। इससे पत्नी की नज़रों में वह गिर जाएगा। यदि नारी स्वयं को असहाय, पीड़ित तथा लाचार समझकर दुख सहती है तो उससे उसका आत्म-गौरव नष्ट हो जाता है। स्वेच्छा से प्रेमवश किये हुए त्याग या सेवा में जो आनन्द व गौरव प्राप्त होता है वह किसी की दासता करने के लिए बाध्य होने से नहीं हो सकता।

किशोर दम्पति—अधिकांश नवयुवक और नवयुवतियों के लिए विवाह करना केवल इसलिए अनिवार्य समझा जाता है कि वे जवान हो गए हैं। सोचने की बात है कि कोई जवान हो गया है केवल इसीलिए वह विवाह के पवित्र बन्धन को निभा सकेगा या उसकी ज़िम्मेदारियाँ सम्भाल सकेगा, ऐसी बात तो नहीं है। भारत में 90 प्रतिशत स्त्रियों के जीवन-निर्वाह का साधन है विवाह और अधिकांश पुरुषों के पारिवारिक ज़िम्मेदारियों को सँभालने वाली, चूल्हा-चक्की और घर-बार को व्यवस्था करने वाली, सखी, सहचरी और प्रेमिका के स्थान की पूर्ति करने वाली है पत्नी। इसीलिए हमारे समाज में विवाह करना आवश्यक हो जाता है। धर्म प्रधान संस्कृति होने के कारण, गृहस्थाश्रम में त्याग, सेवा, परोपकार, सदाचार का पालन करना अनिवार्य है, नहीं तो दाम्पत्य जीवन सफल नहीं हो सकता। भारतीय संस्कृति के पुजारी दम्पति के लिए 'करो या मरो' वाला ही आदर्श और नियम ठीक है। जब तक वह दृढ़ निश्चय करके विवाह की पवित्रता को बनाए रखने तथा दाम्पत्य जीवन को सफल बनाने का व्रत लेकर गृहस्थाश्रम में प्रवेश नहीं करते, उन्हें सच्चे, त्यागपूर्ण प्रेम का अपूर्व आनन्दानुभव नहीं मिल सकता है।

ज़िम्मेदारियाँ सँभालने की योग्यता प्राप्त करें—विवाह करने से पूर्व गृहस्थाश्रम के कर्त्तव्य को समझना ज़रूरी है। जिस प्रकार एक विद्यालय की डिग्री प्राप्त करने के लिए विद्यार्थी को निश्चित स्तर तक की योग्यता प्राप्त करनी अनिवार्य है उसी प्रकार विवाह करने से पहले प्रत्येक युवक और युवती में निम्नलिखित योग्यताएँ होनी ज़रूरी है—विवाह-योग्य आयु, शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य, अर्थोपार्जन करने की क्षमता, परिस्थितियों से जूझने की सामर्थ्य, एक-दूसरे को निभाने का दृढ़ निश्चय, पारिवारिक और सामाजिक

जिम्मेदारियों को पूरा करने की योग्यता, आदर्श माँ-बाप और पति-पत्नी बनने की समझदारी और परस्पर लेन-देन में सन्तुलन रखने की क्षमता।

किशोर आयु में विवाह करने के लाभ में कई लोग यह दलील देते हैं कि लडकी अपने नए परिवार में आसानी से रल-मिल जाती है, उसे अपने घर के तौर-तरीकों के अनुसार आसानी से ढाला जा सकता है, सास-ससुर का डर और लिहाज उसके मन में बना रहता है, छोटे देवर-नन्दों के प्रति उसका प्यार बना रहता है। कुछ अंश तक यह बात ठीक भी हो सकती है। परन्तु अब जबकि सामाजिक ढाँचा बदल रहा है और शिक्षा का प्रचार दिनोंदिन बढ़ता जा रहा है, किशोर आयु में विवाह करना ठीक नहीं है। जब तक लड़के और लडकी की शिक्षा पूरी नहीं हो जाती विवाह का सवाल ही नहीं उठता। अपनी शिक्षा समाप्त कर अपने पैरों पर खडे होने तक लड़कों की आयु 24-25 वर्ष हो ही जाती है। लडकियाँ भी कम से कम 18 वर्ष की आयु में जाकर विवाह-योग्य हो पाती हैं। शिक्षा, गृह-प्रबन्ध में योग्यता और सामाजिक तथा पारिवारिक रूप से जिम्मेदारियाँ संभालने के योग्य बनने के लिए उन्हें भी इतना समय लग ही जाता है। किशोर आयु में विवाह होने से वे न तो गृहस्थी के पद की जिम्मेदारी ही संभाल पाती है और न ही उन्हें बच्चों का पालन-पोषण ही ठीक से करना आता है। इससे उनके पति को बहुत झुंझलाहट होती है। पत्नी को भी बच्चे जजाल प्रतीत होते हैं। किशोर आयु में अधिकांश कन्याएँ पति-पत्नी के सम्बन्ध के दायित्व को भी नहीं समझ पाती। उनका मन तो माँ-बाप और सहेलियों में लगा रहता है। विवाह के बाद ज़ेवर-कपड़ों के चाव पूरा होने या नवयुवक पति के हास-परिहास के सिवाय उन्हें विवाह में कोई विशेष आकर्षण नहीं दिखता। पति-पत्नी एक-दूसरे के शारीरिक और मानसिक रूप से पूरक है इसकी अनुभूति उन्हें प्रौढावस्था से पहले नहीं हो पाती। यही कारण है कि बाद में उन्हें किशोरावस्था में अपना विवाह हो गया यह सोचकर बडा खेद होता है। ऐसी स्त्रियाँ प्राय सोचती हैं कि यदि हमें भी पढ़ने दिया जाता, शारीरिक व मानसिक रूप से भली प्रकार विकसित हो जाने पर यदि हमारा विवाह हुआ होता तो जीवन आज अधूरा न रह जाता। हमारी सहेलियाँ सुशीला, ममता, रश्मि आदि का जब विवाह हुआ तब तक हम लोग दो-तीन बच्चों की माँ बन गई थी। हमारी पारिवारिक जिम्मेदारियाँ और खर्च बढ गए, गृहस्थी में जकड गए। सब अरमान अधूरे ही रह गये। जबकि हमारी सहेलियाँ आज युवती ही दीखती हैं, और हम लोग नानी भी बन गई। अधिक बच्चे पैदा होने के कारण तन्दुरुस्ती भी गिर गई। बचपन में अपनी नासमझी के कारण कितनी भूलें की। ज़रा कोई कुछ कह देता था तो रोना ही बन्द नहीं होता था। कुछ ससुर हो जाता तो डर के मारे काँपती रहती थी। पति से भय लगता था। हरदम, पीहर की याद आया करती थी। सहेलियों के संग खेलना, बातचीत करना अच्छा लगता था। जिम्मेदारियाँ भार महसूस होती थीं। यौन सबंध का आनन्द ही नहीं पता था। उसके परिणामस्वरूप बच्चे होते थे इससे पति के प्रेम निवेदन करने पर प्रसन्नता के बदले घबराहट होती थी। उसमें पुरुष की ही स्वार्थसिद्धि अनुभव होती थी। इससे यह स्पष्ट

होता है कि मानसिक प्रौढ़त्व प्राप्ति किए विना विवाह करने से दाम्पत्य जीवन सुखी नहीं हो सकता।

मानसिक प्रौढ़त्व—अनेक किशोर दम्पतियों का मानसिक विकास अधूरा ही रह जाता है। शरीर से कोई स्त्री या पुरुष चाहे जवान हो जाय परन्तु जब तक उसे मानसिक प्रौढ़त्व प्राप्त नहीं होता वह जीवन-साथी के प्रति अपना कर्त्तव्य नहीं निभा पाता। एक मनोवैज्ञानिक का कथन है कि अधिकांश असफल विवाहों का कारण है मानसिक प्रौढ़त्व का अभाव। कौशल 16 वर्ष की थी, जब उसका विवाह हुआ। वह अपने पति के छोटे-छोटे झगड़े भी माँ से आकर कह देती, आज मेरी सास ने यह ताना मारा, देवर ने मुझे वेबात के चिढ़ा दिया, ननद ने मेरी क़लम उठा ली। घर में मेहमान आने वाले हैं क्या पकाऊ? ड्राइंगरूम के लिए कैसे रंग के पर्दे लाऊँ? मेरे देवर की शादी है, क्या उपहार दूँ? परसों हमारे यहाँ प्रीतिभोज है किस-किसको बुलाऊँ?' ऐसी छोटी-छोटी-सी बातों

का भी वह खुद निर्णय नहीं कर पाती थी। घर के ज़रा-ज़रा से मामलों में अपनी सास को दखल देते देख एक दिन कौशल के पति ने झुंझलाकर कहा, 'मैंने तो समझा था कि मैंने एक पढ़ी-लिखी, समझदार लड़की से विवाह किया है पर अब पता चला कि तुममें निर्णयात्मक बुद्धि की बिलकुल कमी है।'

मधु का यह हाल था कि जब कोई मुसीबत या ज़िम्मेदारी उस पर आ पड़ती वह

घबरा जाती, 'हाय, अब कैसे होगा ? मैं किस मुसीबत में फँस गई ? मुझसे यह नहीं सभल सकता। मैंने तुम्हारा कहना माना इसीलिए अब उसका परिणाम भुगत रही हूँ। यह सारा कसूर मेरी पड़ोसिन का है। उसके कहे में आकर मैंने यह चीज खरीदकर धोखा खाया।' दूसरों पर अपनी भूल की जिम्मेदारी थोप देने की चेष्टा करना मानसिक अप्रौढ़त्व का एक लक्षण है। बात-बात पर चिढ़ जाना, तुनुकमिजाजी, ज़रा-सी असफलता से हतोत्साह हो जाना आदि बातों से व्यक्ति की मानसिक अपरिपक्वता का पता चलता है। जो व्यक्ति मानसिक रूप से प्रौढ़ होगा वह हरेक बात में पहले अपना ही स्वार्थ नहीं सोचेगा। 'मुझे सब प्यार करें, सबसे पहले मुझे मान्यता दी जाय' इस प्रकार से सोचने वाला व्यक्ति विवाह की जिम्मेदारियों को नहीं निभा सकता। 'मैं दूसरों को क्या दे सकता हूँ, मेरा क्या कर्तव्य है, क्या मैं अपनी जिम्मेदारियों को पूरी तरह निभा रहा हूँ, मेरी गलती से कहीं दूसरों को कष्ट न हो, सहयोग देने में मैं पीछे न रह जाऊँ,' इस प्रकार से सोचना प्रौढ़त्व का चिह्न है। बिना इसके पति-पत्नी में परस्पर लेने और देने में सन्तुलन नहीं बना रह सकता। नासमझ दम्पति ही एक-दूसरे का शोषण करते हैं। 'मेरा जीवन-साथी मेरा सब काम कर दे, अपने से पहले मेरे आराम की सोचे, मेरे से अलग उसकी दिलचस्पी या कोई दायरा ही न हो,' इस प्रकार से सोचना या आशा करना बहुत अन्याय की बात है और अपने जीवन-साथी के व्यक्तित्व को स्वतंत्र रूप से विकसित होने से रोकता है।

यदि पति की आर्थिक स्थिति बिगड़ गई है तो समझदार पत्नी यथाशक्ति इस बात की चेष्टा करेगी कि मैं किस प्रकार से इस दुःख को बटाने में सहयोग दूँ ताकि सारा भार उन्हीं पर न पड़े। जबकि नासमझ पत्नी, 'हाय, अब मुझे बिना नौकर के घर चलाना पड़ेगा। शापिंग के लिए अब मुझे काफी रुपए नहीं मिला करेंगे। मेरे पति महामूर्ख है, उनकी गलती से आज हमारी आर्थिक दशा बिगड़ गई है।' अपने पति को प्रोत्साहन देने के बदले वह हरदम उसकी भर्त्सना करेगी या रो-रोकर अपने दुखड़े सुनाएगी जब कि समझदार पत्नी पति का दुःख बँटाएगी, उसे नए सिरे से काम सँभालने की प्रेरणा देगी और जब वह परेशान होकर घर आएगा तो एक सच्चे मित्र की तरह उसे सान्त्वना और धीरज बँधाएगी। अतएव याद रखें, एक-दूसरे के पूरक बनने के लिए मानसिक रूप से प्रौढ़त्व प्राप्त करना बहुत ज़रूरी है। बिना भावात्मक परिपक्वता के विवाह सफल हो नहीं हो सकता। यदि पति-पत्नी एक दूसरे के सुख-दुःख, यश-अपयश, सफलता-असफलता और उन्नति-अवनति के साथी नहीं हैं तो उनका प्रेम स्थायी नहीं बना रह सकता।

कई व्यक्तियों में हीन भावना होती है। जब कोई काम बिगड़ जाता है तो उसका दोष वे अपने जीवन-साथी पर डाल देते हैं। बच्चे नालायक निकल जायें तो माँ का दोष है, उसने इन्हें बिगाड़ दिया है। लायक निकल गए तो आखिर मेरे बेटे जो ठहरे, अधिकांश पुरुष ऐसा कहने हिचकते नहीं। कई स्त्रियाँ भी गृह की सुव्यवस्था, सामाजिक जीवन की सफलता आदि का सारा श्रेय खुद लेने के लिए मित्रों व परिजनों के सामने

अपनी योग्यता की डींग मारेंगी 'मैं अगर इस घर में न होऊँ तो सारे घर में कौए बोलें; कोई दोस्त आकर झाँके भी नहीं, वक्त पर किसी को खाना ही न मिले।' कई स्त्री-पुरुष हीन-भावना से इतने दवे रहते हैं कि वे खुद तो किसी लायक होते नहीं और अपने जीवन-साथी की प्रशंसा उन्हें असह्य हो जाती है। अतएव पीठ पीछे अपने साथी की निन्दा कर अपने काल्पनिक दुःखों और त्याग का वर्णन कर वे लोगों की सहानुभूति प्राप्त करने की चेष्टा करते हैं। शेखी में आकर वे घर का नुक़सान तक करने से नहीं चूकते, ताकि लोगों को यह कहने का मौका मिले कि पति तो वहुत भोला और नेक है, यह तो किसी का मन नहीं तोड़ता, पर उसकी पत्नी से कुछ प्राप्त करना मुश्किल है। उसके सामने यदि हमने यह काम किया तो खैर नहीं।

आलोचना की प्रवृत्ति—समझदार पति-पत्नी परस्पर मतभेद होते हुए भी लोगों के सामने एक-दूसरे की वात का समर्थन करके अपनी घरेलू नीति की एकता बनाए रखते हैं। एक-दूसरे पर शासन करने, अंकुश वनाए रखने की भावना को छोड़ देना चाहिए। 'मेरे घर में मेरा हुक्म चलेगा', यह भावना वहुत अव्यावहारिक है। हरेक समस्या का हल है। सहनशक्ति, समझौते, तरह देने से वहुत-सी खिंचाव पैदा करनेवाली वातें सुलझाई जा सकती हैं। जब वादविवाद का मौका आए तब तरह देकर, वात को टालकर अपनी अक्लमंदी का प्रमाण देने का मौका मत खोएँ। वादविवाद से मतभेदों की खाई और

चौड़ी हो जाती है, क्योंकि युक्तिसंगत वात समझने की चेष्टा न करके दोनों अपनी-अपनी वात को पुष्ट करने की दलीलें देते हैं। हठ और अहं भावना के कारण विरोध वढ़ता जाता है। हमारे एक मित्र हैं, उनका अपनी पत्नी से कभी वादविवाद नहीं होता।

पति का कहना है कि "मेरी पत्नी जब किसी बात के पीछे पड़ जाती है, तो मैं चुप हो जाता हूँ। जब वह सब कुछ कह चुकती है तब मैं उस समय इतना ही कहकर बात समाप्त कर देता हूँ कि ठीक है, तुमने जो कहा है वह विचारणीय है। इस विषय पर सोच-विचारकर जो करना चाहिए वह हम करेंगे।" इसमें एक यह फायदा होता है कि उस समय के लिए बात टल जाती है। फिर सोच-समझकर जो करना ठीक होगा उस विषय में मैं उसे समझा देता हूँ। पर मैं ऐसा निर्णय कभी नहीं लेता जिसमें केवल अपने हित या स्वार्थ का ध्येय रखा गया हो। उसकी जो बात युक्तिसगत होती है उसकी दाद देकर मान भी लेता हूँ। पर बड़े मामलों में मैं उसका पथ-प्रदर्शन करता हूँ, उसे समझा देता हूँ और समझाने से वह समझ भी जाती है।" कई नासमझ पति-पत्नी एक-दूसरे को जली-कटी सुनाकर मानो एक-दूसरे को सुधारने और चेतावनी देने का जिम्मा अपने ऊपर ले लेते हैं। व्यंग, कटु आलोचना द्वारा वे अपने जीवन-साथी के मन को छेदते रहते है। इससे मनोमालिन्य बढ़ता रहता है। मनों में गाँठ पड जाती है। सुधारने का यह तरीका गलत है। इसकी अपेक्षा यदि प्यार और मनोवैज्ञानिक ढग से प्रेरणा दी जाय तो उससे सचमुच में अपनी कमियो को दूर करने की प्रेरणा मिले। जीवन में एक-दूसरे को सराहने के कई अवसर आते हैं। यह मानव स्वभाव है कि मनुष्य अपने प्रियजनों की प्रशंसा, प्रेम और सहानुभूति का भूखा होता है। विवाहित जीवन मे ऐसे अनेक अवसर आते रहते है जबकि जीवन-साथी की प्रशसा और सराहना अवश्य करनी चाहिए। शिष्टाचार की ये छोटी-छोटी बातें मन को जीतने के लिए काफी महत्त्वपूर्ण हैं।

कोई भी व्यक्ति अपने में पूर्ण नहीं है। मनुष्य कमजोरियों का पुतला है। न्यूनताएँ हरेक व्यक्ति में होती हैं। जो पुरुष अपनी पत्नी की सूरत-शक्ल में दोष निकालता है, फूहड़ या अशिक्षित कहकर उसकी भर्त्सना करता है, वह अपनी पत्नी को निकृष्ट तथा अयोग्य प्रमाणित करता हुआ मानो अपने सम्मान को चोट पहुँचाता है। जो स्त्री उसकी सहचरी है, गृहिणी है, बच्चों की माँ है वह पति के लिए प्रशंसनीय है। इसी तरह जो स्त्रियाँ अपने देवर, बहनोई या सहेलियों के पतियों से अपने पति की तुलना करती हैं वे भी भूल करती हैं। स्त्रियों में पुरुषों की अपेक्षा अधिक निष्ठा और आत्मबल होता है यदि वे निश्चय के साथ प्रयत्न करें तो पति को प्रगति के उच्च शिखर पर पहुँचा सकती हैं। बुराइयों को छुडाकर उसे चरित्रवान और कर्मशील बना सकती है। संसार मे जितने महापुरुष हुए है उनको प्रेरणा देने वाली माँ, बहन, साथी, प्रेमिका, पत्नी के रूप में जरूर कोई स्त्री ही रही है। योग्य पुरुष की असफलता इस बात की द्योतक है कि उसको अपनी पत्नी से ऐसा सहयोग या प्रेरणा नहीं मिल रही है जो कि उसे उत्कर्ष के नए मार्ग पर मोड़ दे। दूसरे को परखने के बदले यह लाख दर्जे श्रेष्ठ है यदि व्यक्ति स्वयं को सफल जीवनसाथी बनाने की चेष्टा करे। इसी में वैवाहिक जीवन की सफलता छिपी है। विवाहसूत्र में बँधकर आपको एक दूसरे को डाटने, अपनी सुविधाओं के अनुकूल बनाने या स्वार्थसिद्धि के लिए अपने जीवन-साथी का व्यक्तित्व कुचल देने का अधिकार नहीं मिल गया है। बचपन से जो

आदतें स्वभाव बन गई हैं उनको सुधारने की कोशिश न करना अच्छा है। यही तो जीवन-साथी के सहयोग की परख है। ये बुराइयाँ आपके जीवन-साथी में नहीं, पर आप में हैं, तो समझदारी इसी में है कि उन्हें आप ही स्वयं दूर कर दें। पर इस कमी के लिए अपने साथी को बार-बार टोकना या लताड़ना अनुचित है। आलोचना के बल पर कोई किसी को नहीं सुधार सकता। इससे तो ईर्ष्या होती है और इंसान उल्टा अपने दोष को न छोड़ने की जिद पकड़ लेता है। मीठे प्रेम से, प्रशंसा, और हँसी-हँसी में बात जता देने से बुरी आदतों को छुड़ाने में अधिक सफलता मिलती है।

ये तो हुई जीवन की मुख्य समस्याएं, जिनके कारण सम्पूर्ण जीवन किरकिरा हो जाता है। इनके अतिरिक्त और भी छोटी-छोटी बातें हैं जो कि सुख-सरिता में कीचड़ घोलती रहती हैं। पति-पत्नी एक-दूसरे के पूरक हैं, यदि दोनों अपना-अपना कर्तव्य नहीं निभाते तो जीवन का सन्तुलन बिगड़ जाता है। पति-पत्नी दोनों का हित एक होता है, घर-बार, सम्पत्ति-सन्तान साझी है इस कारण से उनकी भलाई इसी में होती है कि वे एकमन होकर चलें। अधिकांश दम्पति एक-सा स्वार्थ होने के कारण बंधे रहते हैं। जिन्दगी में अमुक-अमुक चीजें हों तभी गृहस्थी सफल हो सकती है, ऐसी कोई बात नहीं होती। यह तो मनुष्य का अपना-अपना दृष्टिकोण है। कइयों को अपना कर्तव्य करे बिना चैन नहीं पड़ता और कई अपना बोझ भी दूसरे साथी पर डाल देते हैं। इस पुस्तक में मैंने पुरुषों को विशेष रूप से कुछ सलाह दी है। क्योंकि जमाना बदल रहा है, स्त्रियाँ अपने अधिकार के प्रति अधिक जागरूक हो रही हैं, ऐसी सूरत में समय का तकाजा है कि पुरुष को अधिक व्यवहारिक होना चाहिए। वास्तविकता को समझकर तदनुरूप उसे अपने विचारों व कार्यों में परिवर्तन करना उचित है।

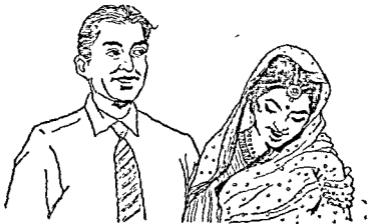
पारिवारिक समस्याओं के अनेक पहलुओं पर मैंने अपनी पुस्तक पारिवारिक समस्याएँ, में विस्तारपूर्वक लिखा है। यहाँ तो पति-पत्नी की समस्याओं पर ही विशेष रूप से प्रकाश डाला गया है।

3

जीवन-साथी का कर्त्तव्य

अच्छा तो आपका विचार शादी करने का है। सुन्दर विचार है। कुदरत ने स्त्री-पुरुष को एक-दूसरे का पूरक बनाया है। दोनों की मन और शरीर की भूख एक-दूसरे के पूरक बनकर ही तुष्ट होती है। इसी उद्देश्य की पूर्ति के लिए समाज ने विवाह का विधान बना दिया है।

विवाह की जरूरत

प्रत्येक युवक-युवती अपने जीवन को पूर्ण बनाने के लिए एक जीवन-साथी की खोज करता है। परन्तु केवल विवाह-वेदी पर प्रण करके ही कोई जीवन-साथी नहीं बन जाता। यदि दोनों सच्चे अर्थ में एक-दूसरे के पूरक नहीं हैं तो विवाह-बन्धन सुख का कारण न होकर दुख का हेतु बन जाता है। पति-पत्नी एक-दूसरे के प्रेमी न रहकर शत्रु बन जाते हैं। लोक-लाज के कारण अधिकांश ऐसे पति-पत्नी एक ही छत के नीचे रहते हुए एक-दूसरे को घृणा करते हैं। एक-दूसरे की आलोचना कर, बुराइयों और न्यूनताओं को उघाड़कर, दूसरे से अपने को श्रेष्ठ साबित करने में अपनी विजय अनुभव करते हैं। जब पति-पत्नी का प्रेम शरीर-सुख तक ही सीमित रहता है तो प्रेम की आधारशिला को धँसते

देर नहीं लगती और वैवाहिक सुख की इमारत ढह जाती है। दो आत्माओं का बन्धन ही

स्थायी होता है। इसके लिए मन और आत्मा की एकरूपता परमावश्यक है।

सफल जीवन-साथी बनने के लिए मानवता को प्रधानता देनी चाहिए। कोई स्त्री है इसलिए अबोध, अज्ञान होगी या कोई पुरुष है इसलिए उसे कोमलता और भावुकता नहीं आएगी यह समझना भूल है। प्रत्येक स्त्री-पुरुष में नारी और पुरुष स्वभाव दोनों के ही गुण होते हैं। अब समझने की बात यह है कि कौन-सा गुण उसके स्वभाव में प्रधानता लिए हुए है। कई स्त्रियाँ शरीर से तो कोमल होती है पर समझदारी, परिश्रम करने, आत्मबल और बुद्धिबल में पुरुषों से भी बाजी मार जाती हैं, जबकि कई पुरुष सेनापति, डॉक्टर, साहसिक यात्री, अन्वेषक, वैज्ञानिक होते हुए भी कवियों से भी अधिक भावुक, बच्चों-जैसे निष्कपट और नारी से भी अधिक कोमल होते हैं। ज़रूरत इस बात की है कि हम अपने आत्मिक गुणों का विकास करें क्योंकि वे ही हमें सफल जीवन-साथी बनने की योग्यता प्रदान करते हैं।

दो व्यक्ति जीवनपथ पर एक-दूसरे का सहारा लेकर चलने-की इच्छा रखते हैं, भला क्यों? इसलिए कि जीवन का एकाकीपन और ऊब उन्हें निगल न जाय। दूसरा उद्देश्य यह कि वे एक-दूसरे को अपने-अपने गुणों का विकास करने की प्रेरणा देते रहें। निराश होने पर ढाँढस बँधाएँ। इसके लिए एक-दूसरे के प्रति अपना कर्त्तव्य करते रहने की भावना, सहानुभूतिपूर्ण दृष्टिकोण और समझदारी की ज़रूरत है। प्रत्येक इन्सान में प्रेम करने की समर्थ और विवेक होता है। परन्तु स्वार्थवश वह अपने कर्त्तव्य से विमुख होकर धाँधली करता है। दूसरे का शोषण करता है। कटु आलोचना से अपने जीवन-साथी की आत्मा को छेदता रहता है। दूसरी भूल जो दम्पति करते हैं वह है एक-दूसरे पर हावी होने की चेष्टा। यदि एक व्यक्ति कमज़ोर है, स्वार्थी है, आरामतलब है, कर्त्तव्य से बचता है तो वह अपने को सही साबित करने के लिए अपने जीवन-साथी का शोषण करेगा, उसे दबाएगा, उसके व्यक्तित्व को कुचलेगा, उस पर अनाचार करेगा। और जब उसका साथी तंग होकर सिर उठाएगा तो वह अनाचारी विद्रोह करेगा। उसे बुरा-भला कहेगा। ऐसी परिस्थिति में रोज़-रोज़ की किटकिट से जीवन ऊब जाता है। ऐसा अत्याचारी जीवन-साथी अपने असहयोग और नासमझी से दूसरे का जीवन दूभर कर देता है, फिर अधिकार की नकाब ओढ़कर दूसरे के अरमानों को कुचलता है। ऐसे अपराधी व्यक्ति स्वयं समस्यापूर्ण होते हैं और किसी से समझौता नहीं कर पाते। जीवन की असफलता का कारण आर्थिक अभाव नहीं परन्तु समझदारी की कमी होती है। इसी कारण से अनेक दाम्पत्य जीवन असफल होते हैं। नीचे उदाहरण से बात स्पष्ट करती हूँ।

एक युवक की जबकि वह इंजीनियरिंग की ट्रेनिंग ले रहा था, उसके माता-पिता ने ी कर दी। लड़की बी० ए० में पढ़ती थी। शादी के बाद सास-ससुर बहू को लेन-देन ीछे सुनाते रहे। बहू चुप रही, यह सोचकर कि पति जब अपनी नौकरी पर जाएँगे यातना से छुटकारा हो जाएगा। इसी बीच में बहू ने प्राइवेट बी० ए० पास कर ा। इधर पति जब पास होकर निकला, द्वितीय महायुद्ध छिड़ गया और पति ने

अपना नाम फौज में दर्ज करवा दिया। नौकरी के सिलसिले में उन्हें सीमावर्ती देशों पर जाना पड़ा। उसका वेतन उसके माँ-बाप को मिलता रहा। अब तो बहू की तकलीफें और भी बढ़ गईं। उसके माता-पिता ने उसे बी० टी० करवाकर नौकरी करवा दी। एक साल बाद छुट्टियों में लड़का घर आया। माता-पिता ने उसके कान खूब भरे। बहू को

बुलाकर खूब कहा-सुना। मतलब यह कि जितने दिन पति घर रहा अधिकांश समय पत्नी से उसकी अनबन ही रही। कुछ दिन रहकर वह चला गया। पत्नी फिर अपनी नौकरी पर आ गई। नौ महीने बाद उसके एक लड़की पैदा हो गई। अब उस पर लड़की की भी जिम्मेदारी थी। सास-ससुर या पति ने एक पैसे की भी मदद नहीं दी। पत्नी का नाम था शीला। वह मेरी सहेली थी। मैं उसे अक्सर समझाती कि पति लौट आएगा, तब उसकी भी गृहस्थी बस जाएगी। पर वह कहती—"दीदी, मुझे नौकरी करने या बच्चे को सँभालने का कष्ट नहीं है। न ही मैं सास-ससुर के दुर्व्यवहार से कलपती हूँ। मुझे तो निराशा इस बात की है कि मेरे पति अपनी जिम्मेदारी नहीं समझते। अगर वह इतना कह देते कि 'देखो, शीला, चार दिन चुप रहकर कष्ट सह लो। अभी मैं अपने माता-पिता का सामना नहीं कर सकता। जब मैं लौट आऊँगा तो तुम्हारे सब गिले-शिकवे दूर कर दूँगा।' भला बताओ बहन, उन्हें अपनी पत्नी के प्रति भी तो अपनी जिम्मेदारी महसूस

"अब बहन, बताओ, मेरी क्या इज्जत है ? यदि अपनी तनख्वाह मुझे सौंपें और हम दोनों सलाह से गृहस्थी चलाएँ तो कुछ बचा भी लूँ। पर उन्हें हमारे दुख-सुख से क्या मतलब। हम उनके बेयरे (नौकर) को भी कुछ काम करने को नहीं कह सकते। बच्चे भी आकर मुझे ही सुनाते हैं कि 'माँ, मौसीजी और बुआजी के बच्चे भी हैं। उनके पिता जी उन लोगों को कितना प्यार करते हैं। हमने तो बाप की केवल झिड़कियाँ ही जानी, प्यार की बात तो कभी सुनी ही नहीं।' अब तो वे बच्चों पर बेबात के बहुत बिगड़ते है। गालियों के बिना तो बात नहीं करते। बच्चे भी अधिकांश समय घर से बाहर ही रहना चाहते हैं। मेरी जिन्दगी तो एक ट्रेजेडी बनकर रह गई। लोगों की नजर में मैं एक बड़े अफसर की पत्नी हूँ पर मेरे से तो अच्छी एक मजदूरिन है जो सच्चे अर्थ में अपने पति की जीवन सहचरी तो है। मैं तो बच्चों की माँ और गृहस्थी की एक व्यवस्थापिका मात्र हूँ। गृहस्थी में मेरा कोई महत्त्व नहीं, कोई पूछ नहीं।"

मुझे शीला की बात सुनकर बड़ा दुख हुआ। जीवन-साथी की नासमझी और असहानुभूतिपूर्ण दृष्टिकोण से एक नेक औरत का जीवन कराहते हुए बीत रहा है। एकाकीपन उसे खाए जा रहा है, मुझे उसकी बात याद आई कि ब्याहा गया शरीर, पर साध कुमारी ही रह गई।

जीना ही वास्तविक जीना है। मेरी किसी को जरूरत है, मुझ पर कोई निर्भर है, मेरे कार्यों से किसी को सुख होता यह भावना ही मनुष्य को उपयोगी जीवन व्यतीत करने की प्रेरणा देती है। पर अपने इस प्रयास और त्याग के बदले में दूसरा व्यक्ति भी तो प्रशंसा और प्यार चाहता है। उसकी यह चाहना स्वाभाविक है। जब उसे यह नहीं मिलता तो उसका मन विषाद और निराशा से भर जाता है। जो जीवन-साथी केवल पाने की आशा रखता है और देने के लिए सहर्ष तत्पर नहीं होता यह दाम्पत्य जीवन के सुखद वातावरण को दुखद बनाता है।

चुनाव में किन बातों का ध्यान रखें

(1) अब प्रश्न यह उठता है कि जीवन-साथी के चुनाव के विषय में किन-किन बातों का ध्यान रखा जाय। सबसे पहले अपने स्वभाव, योग्यता और रुचि को मनुष्य समझे। किस प्रकार का जीवन वह बिताना चाहता है। उसके आगे क्या उद्देश्य और आदर्श हैं। अपना स्वास्थ्य, शारीरिक और आर्थिक बल, सामाजिक परिस्थिति और जिम्मेदारियों को भी मद्देनजर रखकर तब जीवन-साथी का चुनाव करें। अब यदि कोई दुबला-पतला और साधारण कद का पुरुष अपने ही बराबर लम्बी और हृष्ट-पुष्ट पत्नी ले आए तो उसका जोड़ा ठीक नहीं दीखेगा। ऐसी पत्नी के आगे पति हमेशा दबा-सा रहेगा। इसका बुरा प्रभाव उनके दाम्पत्य जीवन पर भी पड़ेगा। स्त्री पुरुष को कमजोर समझेगी और पुरुष उसमें नारी-सुलभ कोमलता का अभाव देखेगा। इससे उनके जीवन में असन्तुष्टि बनी रहेगी।

(2) इसी तरह यदि एक धर्मप्रधान संस्कृति वाला व्यक्ति किसी अर्थप्रधान दृष्टिकोण रखने वाले व्यक्ति से विवाह करता या करती है तो उनके आदर्श परस्पर टकराएँगे। मुझे याद है सुधीर नाम के एक हमारे मित्र हैं, वह रामाकिशन मिशन में बड़ी आस्था रखते हैं। बड़ा गम्भीर पठन-पाठन है उनका। जीवन के विषय में उनकी बड़ी आदर्श भावनाएँ हैं। उनकी माता ने अपनी एक सहेली की लड़की से उसकी शादी कर दी। संयोग से लड़की कान्वेंट की पढ़ी हुई अपने माँ-बाप की इकलौती लड़की, पहनने-ओढ़ने की शौकीन, टेनिस की ख्यातिप्राप्त खिलाड़ी, और क्लब जीवन में बड़ी दिलचस्पी लेने वाली है। कुछ दिन तो उनकी निभ गई। अन्त में वही हुआ जो होना था। पति का रास्ता और, पत्नी का रास्ता और। टगऑफवार शुरू हुई। दोनों ने एक-दूसरे को अपनी-अपनी ओर खींचना चाहा। अगर पत्नी खिंचती तो कुछ लाभ भी होता, उसके जीवन में सन्तुलन आ जाता। पति कुछ झुका पर वहाँ के जीवन का थोथापन देखकर उसका मन ग्लानि से भर गया। दोनों में समझौता न हो सका। पति लोक-लाज के मारे तलाक की शरण नहीं लेता है। पत्नी को इससे अधिक सीधा पति मिलने की आशा नहीं। नतीजा यह हुआ कि दोनों अपने-अपने मार्ग से चले जा रहे हैं।

पति से मेरी एक बार बात हुई। बोले, "बहन, भगवान की इच्छा यही थी। मैं तो

अपनी पत्नी का भी शुक्रगुज़ार हूं। उसने मन को ठेस दी तो मन फड़फड़ाकर भगवान के चरणों में लोटने लगा। बिना चोट लगे भला क्या संसार से विरक्ति होनी थी?"

मैंने पूछा, "पर आपकी पत्नी का उद्धार कैसे होगा?"

बोले, "समय आएगा तब उसका मन भी दुनिया के थोथेपन की अनुभूति करेगा। जब भी वह हाथ बढ़ाएगी मैं थाम लूंगा। हो सकता है छोर आगे जाकर मिल जाय।"

मुझे इस व्यक्ति की आस्था और धीरता पर आश्चर्य हुआ। अब आप भी सोचिए कि ऐसा पुरुषरत्न अनमेल विवाह के कारण ही असफल शादी के बन्धन का बोझ ढोए जा रहा है।

(3) आदर्श की विभिन्नता जीवन में एकरूपता नहीं आने देती। देखने में आता है कि आमतौर पर लोग लड़की की अच्छी सूरत-शक्ल, शिक्षा और पिता का वैभव देखकर लड़की पसन्द कर लेते हैं। लड़की वाले भी लड़के को नौकरी और स्वास्थ्य को प्रधानता देते हैं। लड़की सोचती है कि मैंने दहेज और रूप द्वारा अपने जीवनभर के भरण-पोषण की समस्या हल की है। पुरुष सोचता है कि मैं मर्द जात हूं, कमाऊ हूँ, विवाह मार्केट में मेरी जो सबसे ऊँची बोली बोलेगा मैं उसकी लड़की का उद्धार करूँगा। जब ... का आधार प्रेम और कर्त्तव्य न होकर क्रय-विक्रय हो, उसकी उपयोगिता आर्थिक ... कसौटी पर परखी जाय तब भला विवाह का उद्देश्य कैसे पूरा हो सकता है? ...ोचती है कि अपने रूप, बढ़िया दहेज और कुल घराने के बल पर मुझे एक ऐसा पति

मिलना चाहिए जो कम से कम हजार रुपया कमाता हो। जिसके यहाँ आधुनिक ढग से सजा बगला, फ्रिज, मोटर, दास-दासियाँ हों। जहाँ शाम रेस्टरां मे गुजरे और रात क्लबों की रंग-रेलियों मे कटे। जहाँ बैंक बेलेन्स मेरे अधीन हो, घर की सार-सभाल और बच्चों का पालन-पोषण दास-दासियो को सौंपा हुआ हो। और पति सोचता है कि मैं ऐसी पत्नी लाऊँ जिसका बाप खूब अमीर हो, ब्याह करने के बाद मेरे हाथ एक मोटी रकम लगे। मेरी बीवी ऐसी हो जिसे जब मैं अपने साथ लेकर बाहर निकलूँ तो लोगों की आँखें फटी रह जायें। इस प्रकार की कल्पना यदि वर और वधू की विवाह से पहले हो तो पति-पत्नी बनकर वे एक-दूसरे के पूरक कैसे बन सकते हैं? रूप और धन की सुनहली झलक जब धुँधली पड़ेगी तो उनका हृदय निराशा और व्यथा से भर जाएगा।

(4) प्रेमविवाह भी अधिक टिकाऊ नहीं होते। मनुष्य का मन चचल है। उसे हमेशा अप्राप्य वस्तु अधिक आकर्षक प्रतीत होती है। युवक युवती मिले, कुछ चुहलबाजी हुई। एक-दूसरे की अदाओं पर मन लुट गया। दिलों का सौदा हो गया। पर विवाह के बाद वह आकर्षण, वह रिझाने की प्रवृत्ति, वे मोहक अदाएँ नही रहीं। स्वभाव के दोष सामने आए। शिकवा-शिकायत बढे। मन बुझ गए। प्रेम रज्जू टूटने लगी। जिसने प्रेम किया था उससे मन फिर गया। उसकी बातों से चिढ हो गई। इस तरह उनका जीवन धीरे-धीरे कड़ुवाहट से भर उठा। सोचने की बात तो यह थी कि प्रेम की ज्योति को जलती रखने के लिए दोनों ने हृदयरूपी दीपक मे अपना-अपना स्नेह उड़ेलना था। अपनत्व से एक-दूसरे को लपेट लेना था। पाश्चात्य आदर्श है कि जिससे प्रेम हो उसी मे विवाह किया जाय, हमारा आदर्श है कि जिससे विवाह हो उससे प्रेम कर सकें।

(5) असल मे देखा जाय तो पता चलेगा कि एक-दूसरे की उन्नति मे जो बाधक बनते हैं वे कभी एक-दूसरे को प्रेम नही कर सकते। अधिकांश पुरुष अपनी सुविधा के लिए पत्नी को आगे पढने, नौकरी, सामाजिक सेवा या पीहर जाने मे रुकावट डालते हैं। वे कठोरता और अधिकार के बल पर उसे कोई ऐसा काम नही करने देते जिसमे उन्हें अपने लिए जरा-सी असुविधा दिखे। यह गलत बात है। शादी का एक उद्देश्य यह भी है कि इन्सान अपने जीवन-साथी के सहयोग से आगे तरक्की कर सके। खासकर स्त्रियों की प्रगति का मार्ग तो विवाह के बाद ही खुलता है। यदि उन्हें जीवन-साथी समझदार मिला तो जीवन ही बदल जाता है। शारीरिक उल्लास के स्थान में यदि मानसिक उल्लास से मन भर जाय तो पति-पत्नी का प्रेम दैहिक नही रह जाता। प्रत्येक व्यक्ति के जीवन मे थकान, निराशा, सूनापन, उदासी के क्षण भी आते हैं। ऐसे समय मे यदि जीवन-साथी अक्ल से काम ले, अपनी सहानुभूति और आश्वासन से धीरज बँधा दे तो उसका महत्त्व बढ जाता है।

(6) जन्मभर लोक-लाज के मारे जैसे-तैसे निभा लेना विवाह नहीं कहलाता। तारीफ तो उसी में है कि प्रारम्भिक जीवन की सरसता, मिलन की उत्सुकता, एक-दूसरे के प्रति समर्पण की भावना, एक-दूसरे को रिझाने की इच्छा उम्रभर क़ायम

रहे। विवाह में सबसे बड़ी शोचनीय बात यह है कि अधिकांश पति-पत्नी एक-दूसरे के लिए प्रेमी-प्रेमिका न रहकर मानो सम्पत्ति बन जाते हैं। इसी से वे एक-दूसरे से जल्द ऊब जाते हैं। प्रेम को हरा-भरा न रखकर उपेक्षित क्यारी की तरह छोड़ दिया जाता है। फिर भला उससे सुन्दर फूल कैसे खिले ? इस मामले में पाश्चात्य देश में पति-पत्नी एक-दूसरे के प्रति अधिक सजग हैं। वहाँ वफ़ादारी अधिकार के रूप में प्राप्त नहीं होती, उसके लिए चेष्टा की जाती है ताकि जीवन-साथी प्रसन्न रहे, रीझा रहे। विषमताओं और मतभेदों को भुलाकर जीव-नसाथी के प्रति सहानुभूति और प्रेम क़ायम रखने के लिए बड़ी साधना की ज़रूरत है। इसलिए न केवल चुनाव के मामले में ही सावधान रहना चाहिए अपितु विवाह के बाद भी प्रेमवेलि के सिंचन का महत्त्व ठीक से समझें।

स्वभाव की मिठास, वाक्पटुता, दूरंदेशी, व्यवहार-कुशलता का महत्त्व ठीक से समझें। उदार-चेता बनें। कटु भाषण कभी मत करें। जब पति-पत्नी तू-तू, मैं-मैं पर उतर

[illegible] हैं तो उनका आपसी लिहाज मिट जाता है। वे अपने को निर्दोष साबित करने के लिए [illegible]रे के मत्थे दोष मढ़ते हैं, एक-दूसरे की असफलता और बुराइयों को दूसरों के पास [illegible] हैं, एक-दूसरे को उलाहने और ताने देते हैं। इसका परिणाम घातक होता है।

पिछली बातें कलेजे में शूलती रहती हैं और जब नए सिरे से लड़ाई होती है तो पिछला घाव भी हरा-भरा हो जाता है। इससे मन तड़पता है। अपने जीवन-साथी के प्रति कटुता से भर जाता है। जीवन का आनन्द किरकिरा हो जाता है। इस तरह प्रेम तन्तु में टूट-टूटकर गिठानों की संख्या बढ़ती जाती है और एक समय आता है कि जब चौथेपन में आकर पति-पत्नी एक-दूसरे को बर्दाश्त नहीं कर पाते। वे इतने विमुख हो जाते हैं कि एक-दूसरे को कोसते हैं। अपनी जीवन की सभी असफलताओं के लिए एक-दूसरे को दोषी ठहराते हैं। जीवन में इससे बड़ी ट्रेजेडी और क्या हो सकती है? चौथेपन में जबकि एक-दूसरे की अधिक ज़रूरत होती है यदि जीवनभर की गलतफहमियों से पति-पत्नी के बीच में दीवार-सी आकर खड़ी हो जाय तो मनुष्य को एकाकीपन निगल जाता है।

याद रखें विवाह एक साधना का जीवन है। इसमें चुनाव ठीक से करें। वैवाहिक जीवन को सफल बनाने के लिए ठीक उद्देश्य लेकर आगे बढ़ें। अपनी मानसिक शक्तियों को बढ़ाएँ। सहनशक्ति और धीरज से काम लें। मधुरभाषी बनें। दूसरे के दृष्टिकोण को भी समझें। जीवन-साथी के व्यक्तित्व और विचारों का सम्मान करें। उदार और क्षमा-शील बनें। बुराइयों को भूलकर नेकी की याद रखें। विश्वास करना सीखें। जीवन में मनोरंजन का महत्त्व समझें। जिन्दादिली को क़ायम रखें। तभी आपका वैवाहिक जीवन सफल हो सकता है। गृहस्थी में काम बाँटा नहीं जाता। आगे बढ़कर जो अधिक ज़िम्मेदारी सँभाल ले, उसी का प्रयास प्रशंसनीय है। देने में अधिक सुख अनुभव करें। दाता हमेशा श्रेष्ठ है। जीवन-साथी यदि प्रेम और सेवा देने में कृपण है तो वह आपकी दया का पात्र है। क्योंकि वह इस मामले में आपसे निर्धन है। हो सकता है बाल्यकाल या किशोरा-वस्था की कुछ समस्याएँ उसके जीवन को ऊपर उठने न देती हों। वह आपका प्रिय है। वह आपके प्रेम का ही नहीं, दया का भी अधिकारी है।

कभी-कभी ऐसा भी होता है कि ज़िम्मेदारियों का अधिक बोझ पड़ जाने से जीवन-साथी चिड़चिड़ा हो जाता है। उसकी आकांक्षाएँ उच्च होती हैं, पर जब वे पूरी नहीं हो पातीं तो वह तिलमिलाकर रह जाता है। डूबते हुए की तरह वह हाथ-पाँव मारता है। पूर्ण शक्ति से गृहस्थी की गाड़ी को खींचकर अपने इष्ट स्थान पर ले जाना चाहता है। ऐसा करते हुए उसकी शारीरिक और मानसिक शक्तियाँ टूटने लगती हैं। इस पर वह निराश होकर आपको भी दोषी ठहराता है। जब ऐसी परिस्थिति आ पड़े तो इन्सान को चाहिए कि ऐसे समय अपने हारे-थके और खिन्न जीवन-साथी की दिलजोई करे। उसके घायल और निराश मन को दिल दिलासा दें। उसकी बदमिज़ाजी को ज़रा सहार लें। आखिरकार उसका उद्देश्य बुरा नहीं। वह परिवार के कल्याण के लिए परिश्रम करता हुआ अपनी मानसिक स्वस्थता खो बैठा है। एक रोगी की तरह वह आपके प्यार और सेवा का हकदार है, न कि उलाहने और क्रोध का।

होते हैं। अपने साथी का सुख, आदर्श, भलाई, सफलता ये सब उसकी अपनी बन जाती हैं। किसी लाचारीवश नहीं, स्वेच्छा से किया हुआ त्याग, प्रेम और सेवा में उसे अपूर्व आनन्द आता है। प्रेम का चमत्कार ही ऐसा है। माँ अपने बेटे को खिला-पिलाकर आप भूखी रहकर भी तृप्ति का अनुभव करती है, मित्र स्वयं दुख उठाकर अपने प्रिय मित्र का हित साधता है, पत्नी पति को प्रसन्न और सुखी देकर गद्‌गद् हो जाती है, उसके आराम और सुख के लिए बड़ी से बड़ी सेवा करने को सदा तत्पर रहती है। यह सब किस लिए? प्रेम के नाते।

क्या प्रेम का प्रदर्शन आवश्यक है—आपके बैंक में हज़ारों रुपए जमा हों पर जब तक आप उन्हें खर्चते नहीं, उनका होना न होना बराबर है। विवाह बड़ी-बड़ी भूलों के कारण ही नहीं टूटते, परन्तु छोटी-छोटी बातों की उपेक्षा करने से भी प्रेम-डोरी कटती जाती है। प्रेम-निवेदन एकतरफा नहीं होना चाहिए। यह एकांगी प्रक्रिया होकर स्थायी नहीं रह सकता। चाहे आप काम में कितने भी व्यस्त क्यों न रहें, एक-दूसरे की तरफ प्यारी अदा से मुसकराने, प्यारभरी बातें करने के लिए कुछ क्षण अवश्य ही निकाल लें।

पत्नी का कर्तव्य है कि वह थके-हारे पति का प्रेम से स्वागत करे, जाते समय उसे मुसकरा
कर विदा करे, प्यार से भोजन कराए। यदि आपकी पत्नी दिनभर घर के काम से थक-
हो गई है तो प्यार से उसकी पीठ पर हाथ फेरें, उसकी अड़चनों को सहानुभूति-
। सहानुभूति और प्रशंसा के आपके दो शब्दों से उसके मन की ग्लानि और

लिए ही उसकी समझा जाता था। समाज उन्हें इन नियमों को पालन करने के लिए बाध्य करता था। पति चाहे रोगी हो चाहे कुरूप, चाहे दुराचारी हो चाहे [illegible], वह पत्नी का स्वामी और पूज्य था। वह ब्याह करे चाहे सैकड़ों स्त्री को उसके कामों में दखल देने का कोई हक नहीं था। बहुपत्नी प्रथा और अशिक्षा ने नारी की दशा और भी अधिक सोचनीय बना दी थी। परन्तु अब समाज में जागृति आई है। शिक्षित होकर स्त्रियों ने अपने अधिकार पहचाने, वे तेजी के साथ आगे बढ़ीं और अपने सहचरी विशेषण को उन्होंने सार्थक कर दिखाया। अब स्त्रियाँ परिवार और समाज में पुरुष के बराबर का दर्जा प्राप्त कर रही हैं। दोनों मिलकर परस्पर सहयोग और समझदारी से अपना नीड़ बनाते हैं। गृहशास्त्र, शिशु पालन तथा कला आदि की शिक्षा कन्याओं को इसलिए विशेष ध्यान रखकर दी जाती है ताकि आगे जाकर वे पत्नी, गृहिणी और माता के कर्त्तव्य को भली प्रकार निभा सकें। बाल-विवाह का रिवाज प्रायः मिटता जा रहा है। आजकल अधिकांश नवयुवक अपने पैरों पर खड़े हुए बिना विवाह नहीं करना चाहते। शहरों में तो देख-सुनकर ही विवाह करने का रिवाज है। इससे अनमेल विवाह होने से बच जाते हैं। पत्नी के अधिकारों को मान्यता दी जाने लगी है। कमाऊ बेटे की बहू होने के कारण बहू का भी परिवार में मान बना रहता है। मनपसन्द पत्नी पाकर पति को भी सन्तोष रहता है। अपनी पत्नी की सुख-सुविधा और अरमानों का वह भी ध्यान रखता है। बच्चों के पालन-पोषण और गृह-प्रबन्ध में पति-पत्नी एक-दूसरे का हाथ बँटाते हैं। स्त्रियाँ अब दासी या पैर की जूती नहीं रही हैं। परन्तु इसका यह मतलब नहीं है कि पारिवारिक समस्या पूर्ण रूप से हल हो गई है। जीविकोपार्जन के साधन बढ़ जाने पर भी प्रतियोगिता अधिक कड़ी हो गई है। शहरों में मकानों की समस्या, स्कूल में बच्चों का दाखिला, चीजों के ऊँचे दाम, शहरी तौर-तरीके, जीवन-स्तर और सामाजिक जीवन का निर्वाह ये सभी नई बढ़ती हुई समस्याएँ हैं, जिनका दबाव पारिवारिक जीवन पर पड़ रहा है। अतएव इन सबको सुलझाने के लिए पति पत्नी में परस्पर सहयोग और समझदारी का होना जरूरी है। इस सहयोग और समझदारी का आधार है प्रेम। विवाह के कुछ साल बाद पति और पत्नी की कुछ रुचियों इतनी बेपरवाही भी होती है कि उनमें उनकी प्रेम-बेलि धीरे-धीरे मुरझाने लगती है। अतएव समझदार दम्पति को निम्न-लिखित बातों का हमेशा ध्यान रखना चाहिए :

प्रेम को समझें—प्रेम आधे-आधे का सौदा नहीं है कि 50 प्रतिशत पति दे और 50 प्रतिशत पत्नी दे। इसमें पति और पत्नी दोनों एक-दूसरे को शत-प्रतिशत देकर अपने सुखधन को दुगना करते हैं। इसमें आधा मिटाने का सवाल ही नहीं परन्तु अपने जीवन-साथी में एक पूरक प्राप्त हो जाने से मनुष्य का अधूरापन मिट जाता है। वह सम्पूर्ण हो जाता है। यह घाटे का नहीं, नफे का सौदा है। पर शर्त यह है कि आपको सन्तुलन बनाए रखकर लेना और देना दोनों आता हो। प्रेम एक ऐसा अमृत और नशा है कि मनुष्य सब कुछ देकर ही सब कुछ पाता है। प्रेम के कच्चे धागे के बन्धन उसे सुखद प्रतीत

4

प्रेम-बेलि का सिंचन

प्रेम प्रेम पर पलता और बढ़ता है। यदि आप अपने प्रियतम के प्रति उपेक्षा रखती हैं या यह सोचती हैं कि मैं तो उनके मन में समाई हुई हूँ, उनके मन पर मेरा अधिकार है तो यह आपकी भूल है। इसी प्रकार यदि कोई पति यह दावा करता है कि मेरी पत्नी मेरे सिवाय किसी और पुरुष की कल्पना ही नहीं कर सकती तो शायद वह मानव स्वभाव से अपरिचित है। आप काव्यलोक या धर्म-पुराणों की पतिव्रताओं का आदर्श स्त्री मात्र

से पालन नहीं करवा सकते। मानवीय दुर्बलताएं सबमें होती हैं। यदि आपके वैवाहिक जीवन का आरम्भ ठीक से हुआ है, एक-दूसरे की खूबियों और कमियों के बावजूद आपकी पटरी जमी हुई है तो भी इस बात की जरूरत है कि आप प्रेम बेलि को परस्पर प्रेम, दुलार, ममता, लाड़-चाव, प्रशंसा, प्रेरणा, सहयोग और सहानुभूति प्रकट करते हुए निरन्तर हरी-भरी रखने की चेष्टा करें।

समाज करवट ले रहा है—यह शुभ लक्षण है कि आजकल वैवाहिक जिम्मेदारियों को स्त्री-पुरुष पहले की अपेक्षा अधिक समझने लग गए हैं। पहले त्याग, सेवा, सदाचार, एकनिष्ठा, वफादारी, आत्मसमर्पण इन सब कर्तव्यों का पालन करना केवल स्त्रियों के

लिए ही जरूरी समझा जाता था। समाज उन्हें इन नियमों को पालन करने के लिए बाध्य करता था। पति चाहे रोगी हो चाहे कुरूप, चाहे दुराचारी हो चाहे नपुंसक, वह पत्नी का स्वामी और पूज्य था। वह ब्याह करे चाहे सफेद स्त्री को उसके कामों में दखल देने का कोई हक नहीं था। बहुपत्नी प्रथा और अशिक्षा ने नारी की दशा और भी अधिक शोचनीय बना डाली थी। परन्तु अब समाज में जागृति आई है। शिक्षित होकर स्त्रियों ने अपने अधिकार पहचाने, वे तेजी के साथ आगे बढ़ीं और अपने सहचरी विशेषण को उन्होंने सार्थक कर दिखाया। अब स्त्रियां परिवार और समाज में पुरुष के बराबर का दर्जा प्राप्त कर रही हैं। दोनों मिलकर परस्पर सहयोग और समझदारी से अपना नीड़ बनाते हैं। गृहशास्त्र, शिशु पालन तथा कला आदि की शिक्षा कन्याओं को इसलिए विशेष ध्यान रखकर दी जाती है ताकि आगे जाकर वे पत्नी, गृहिणी और माता के कर्तव्य को भली प्रकार निभा सकें। बाल-विवाह का रिवाज प्रायः मिटता जा रहा है। आजकल अधिकांश नवयुवक अपने पांव पर खड़े हुए बिना विवाह नहीं करना चाहते। शहरों में तो देख-सुनकर ही विवाह करने का रिवाज है। इससे बेमेल विवाह होने से बच जाते हैं। पत्नी के अधिकारों को मान्यता दी जाने लगी है। कमाऊ बेटे की बहू होने के कारण बहू का भी परिवार में मान बना रहता है। मनपसन्द पत्नी पाकर पति को भी सन्तोष रहता है। अपनी पत्नी की सुख-सुविधा और अरमानों का वह भी ध्यान रखता है। बच्चों के पालन-पोषण और गृह-प्रबन्ध में पति-पत्नी एक-दूसरे का हाथ बंटाते हैं। स्त्रियां अब दासी या पैर की जूती नहीं रही हैं। परन्तु इसका यह मतलब नहीं है कि पारिवारिक समस्या पूर्ण रूप से हल हो गई है। जीविकोपार्जन के साधन बढ़ जाने पर भी प्रतियोगिता अधिक बड़ी हो गई है। शहरों में मकानों की समस्या, स्कूल में बच्चों का दाखिला, चीजों के ऊंचे दाम, शहरी तौर-तरीके, जीवन-स्तर और सामाजिक जीवन का निर्वाह ये सभी नई बढ़ती हुई समस्या हैं, जिनका दबाव पारिवारिक जीवन पर पड़ रहा है। अतएव इन सबको सुलझाने के लिए पति-पत्नी में परस्पर सहयोग और समझदारी का होना जरूरी है। इस सहयोग और समझदारी का आधार है प्रेम। विवाह के कुछ साल बाद पति और पत्नी की कुछ हरकतें इतनी बेपरवाही की होती हैं कि उनसे उनकी प्रेम-बेलि धीरे-धीरे मुरझाने लगती है। अतएव समझदार दम्पति को निम्न-लिखित बातों का हमेशा ध्यान रखना चाहिए :

प्रेम को समझें—प्रेम आधे-आधे का सौदा नहीं है कि 50 प्रतिशत पति दे और 50 प्रतिशत पत्नी दे। इसमें पति और पत्नी दोनों एक-दूसरे को शत-प्रतिशत देकर अपने मूलधन को दुगना करते हैं। इसमें आपा मिटाने का सवाल ही नहीं परन्तु अपने जीवन-साथी में एक पूरक प्राप्त हो जाने से मनुष्य का अधूरापन मिट जाता है। वह सम्पूर्ण हो जाता है। यह घाटे का नहीं, नफ़े का सौदा है। पर शर्त यह है कि आपको सन्तुलन बनाए रखकर लेना और देना दोनों आता हो। प्रेम एक ऐसा अमृत और नशा है कि मनुष्य सब कुछ देकर ही सब कुछ पाता है। प्रेम के कच्चे धागे के बन्धन उसे सुखद प्रतीत

होते हैं। अपने साथी का सुख, आदर्श, भलाई, सफलता ये सब उसकी अपनी बन जाती हैं। किसी लाचारीवश नहीं, स्वेच्छा से किया हुआ त्याग, प्रेम और सेवा में उसे अपूर्व आनन्द आता है। प्रेम का चमत्कार ही ऐसा है। माँ अपने बेटे को खिला-पिलाकर आप भूखी रहकर भी तृप्ति का अनुभव करती है, मित्र स्वयं दुख उठाकर अपने प्रिय मित्र का हित साधता है, पत्नी पति को प्रसन्न और सुखी देकर गद्गद् हो जाती है, उसके आराम और सुख के लिए बड़ी से बड़ी सेवा करने को सदा तत्पर रहती है। यह सब किस लिए ? प्रेम के नाते।

क्या प्रेम का प्रदर्शन आवश्यक है—आपके बैंक में हज़ारों रुपए जमा हों पर जब तक आप उन्हें खर्चते नहीं, उनका होना न होना बराबर है। विवाह बड़ी-बड़ी भूलों के कारण ही नहीं टूटते, परन्तु छोटी-छोटी बातों की उपेक्षा करने से भी प्रेम-डोरी कटती जाती है। प्रेम-निवेदन एकतरफा नहीं होना चाहिए। यह एकांगी प्रक्रिया होकर स्थायी नहीं रह सकता। चाहे आप काम में कितने भी व्यस्त क्यों न रहें, एक-दूसरे की तरफ प्यारी अदा से मुसकराने, प्यारभरी बातें करने के लिए कुछ क्षण अवश्य ही निकाल लें।

पत्नी का कर्तव्य है कि वह थके-हारे पति का प्रेम से स्वागत करे, जाते समय उसे मुस्करा कर विदा करे, प्यार से भोजन कराए। यदि आपकी पत्नी दिनभर घर के काम से थक-कर चूर हो गई है तो प्यार से उसकी पीठ पर हाथ फेरें, उसकी अड़चनों को सहानुभूति-पूर्वक सुनें। सहानुभूति और प्रशंसा के आपके दो शब्दों से उसके मन की ग्लानि और

शारीरिक थकावट तुरन्त दूर हो जाएगी। आपका दुलार, प्यार और प्रोत्साहन उस पर मनोवैज्ञानिक प्रभाव डालेगा। वह अपने सब दुख-तकलीफ़ भूलकर आपके प्यार से गद्‌गद होकर आपके कंधे पर दुलार मे सिर टेककर कहेगी, "प्रिय, जब तक तुम मेरे पास हो मुझे किसी बात की शिकायत नही रहती।"

श्यामा का विवाह एक ऐसे परिवार मे हुआ था जहाँ सात-आठ छोटे-छोटे बच्चे थे। घर मे खाना बनाने का काम स्त्रियों के ज़िम्मे ही था। सास प्राय: बीमार रहती थी। इसलिए जब बहू घर आई तो उसने चूल्हा-चक्की का सारा काम उसे सौंप दिया। पीहर मे उसका अधिकांश समय पढ़ाई तथा ऊपर के काम मे मदद देने मे ही बीतता था। शाम को वह नियम से घूमने जाती थी। पर ससुराल आकर काम का इतना बोझ आ पड़ने पर वह बहुत घबराई। तिस पर छोटे देवर काबू मे नही आते थे। ननदें अपनी-अपनी पढ़ाई और खेल मे लगी रहती थीं। सास आँगन मे तख्तपोश पर बैठकर श्यामा के काम करने की योग्यता को परखती रहती। श्यामा का पति विपिन इस बात को भली प्रकार अनुभव करता था कि सारे परिवार का खाना-पीना सँभालना श्यामा के लिए बहुत अधिक काम है। उसने सोचा कि यदि स्कूल और दफ्तर से लौटकर शाम को सब जने भोजन कर लें तो श्यामा का काम हलका पड जाएगा। अतएव वह दफ्तर से लौटकर खाना खाने बैठ जाया करता। बच्चे भी अपने बड़े भाई की देखा-देखी शाम को ही भोजन करने लगे। इस प्रकार भोजन के समय विपिन सब बच्चों को काबू से रखता। सबको भोजन परोस देता और रसोई का काम रात को आठ बजे ही निबट जाता। तब वह श्यामा को लेकर घूमने निकल जाता।

श्यामा जब पीहर आई तो उससे मैं मिलने गई। अपने पति के सहयोग की कहानी कहते-कहते उसकी आँखों में प्रेम के आँसू छलछला आए और वह बोली, "बहन, सच कहती हूँ, मुझे काम करने मे अब जरा कष्ट नही होता। देखो मेरा स्वास्थ्य कितना निखर आया है। सास-ससुर भी बहुत खुश हैं। उनके वेतन मे जब 15 रु० तरक्की हुई तो माँ से बोले कि 'अम्मा एक कहारिन रख लो जो तुम्हारे हाथ-पाँव भी दबा दिया करेगी और चौका-बर्तन भी सँभाल लेगी।' कहारिन के रखने से काम काफी हलका हो गया। फिर तो रसोई से जल्द फ़ुरसत मिल जाया करती। रात को खाना खाकर हम रोज घूमने जाते। घंटों चाँदनी रात मे बैठकर कबूतरों की तरह धीरे-धीरे गुटर-गूँ बातें करते। बहन, मुझे सबसे ज्यादा सकोच तो उस समय होता है जब कभी घर मे कोई तीज-त्योहार के कारण काम अधिक बढ़ जाय और मैं थककर चूर हो जाऊँ तो मेरे देवता मेरे हाथ-पाँव तक दबाने लगते है। मैं मना करती रहूँगी पर मानते ही नही। गर्म पानी करके ला देंगे ताकि मैं नहा लूँ जिससे थकावट मिट जाय। सच कहती हूँ बहन, मैं बड़ी किस्मत वाली हूँ। कितना प्यार और सहयोग मिला है मुझे। मेरी सेवा की कितनी कद्र करते हैं। प्रशंसा करते अघाते नहीं। अगर उन्हे मालूम हो जाय कि मुझे किसी बात की तकलीफ है तो सोच मे पड़ जाते है और उस तकलीफ को दूर करके ही उन्हे चैन मिलता है।

"मैं उनसे कई बार कह चुकी हूँ, 'तुम मेरे कारण इतने परेशान क्यों रहते हो ?' तो हँसकर जवाब देते हैं, 'अरी पगली, तुझे तकलीफ होती है तो मैं बेचैन हो जाता हूँ। तेरे लिए मैं कुछ कर सकूँ इससे मुझे कितना आनन्द मिलता है, इसका भला तुझे क्या पता ? यह सब प्रयत्न तो मैं अपने को खुश करने के लिए ही करता हूँ। तू मेरे बहन-भाई, माँ-बाप की इतनी सेवा करती है। अपने पीहर में तू कितने लाड़ से पली है, पर यहाँ आकर तूने इस नए वातावरण के अनुकूल अपने को इतनी जल्दी ढाल लिया, यह कितने सन्तोष और प्रशंसा की बात है। मैं तुझे बाध्य तो नहीं कर सकता था। स्वेच्छा से इतनी बड़ी गृहस्थी का भार अपने ऊपर लेकर तूने मुझे कितनी बड़ी चिन्ता से मुक्त कर दिया। तेरा यदि सहयोग न होता तो भला क्या मैं गृहस्थी में सम्मान पा सकता ?' "

सब बात सुनकर मैंने श्यामा से कहा, "बहन, ठीक कहते हैं तेरे पति। तुम दोनों ने परस्पर सहयोग से गृहस्थी की अनेक समस्याओं को हल कर लिया। तुम्हारे पति बड़े समझदार हैं। यदि वह तुमसे हमदर्दी न रखते, अपने प्रेम से तुम्हें न जीतते तो इतना भार तुम सहर्ष सँभाल भी नहीं पातीं। इसमें सन्देह नहीं कि परस्पर सहयोग और प्रेरणा से बहुत-सी अड़चनें, अभाव और तकलीफें दूर हो जाती हैं।"

यदि श्यामा और विपिन की तरह सभी दम्पति एक-दूसरे को सहयोग देकर, सहानुभूति दिखाकर और प्रशंसा करके प्रोत्साहन दें तो पारिवारिक जीवन में त्याग और सेवा करने वाले की ओर से भी किसी के प्रति शिकायत का मौका ही न आए। जब पति-पत्नी परस्पर दुख-सुख बाँट लेते हैं तो कष्ट कम और सुख दुगना हो जाता है। ऐसा करने पर ही प्रेम एकांगी नहीं रहता। प्रेम प्रदर्शन में देने और लेने वाले दोनों को सुख मिलता है। 'मुझे कोई प्यार करता, मेरे प्रेम का कोई भूखा है, मेरा किसी को इन्तज़ार है, मुझे प्रसन्न और स्वस्थ देखकर किसी की आँखों में चमक आ जाती है, मेरा मुरझाया हुआ चेहरा देखकर किसी का कलेजा धक हो जाता है; यह विश्वास ही प्रेम का आधार है। आप अपनी पत्नी के बालों में एक फूल प्यार से खोंस देते हैं तो वह निहाल हो जाती है। पत्नी आपके जूते उठाकर ला देती है, आपकी कुर्सी के हत्थे पर बैठकर प्यार से आपके बालों में हाथ फेरती है, आप टाई बाँधकर शीशे के आगे खड़े हैं और पत्नी आपकी 'टीप-टाप' देखकर ज़रा इधर-उधर ताककर आपकी टाई की नॉट ठीक करती हुई धीरे से कहती है, "ओहो आज तो बड़ी तैयारियाँ हो रही हैं। ज़रा मैं भी तो सुनूँ कि हुज़ूर की सवारी इस सज-धज के साथ किधर निकलने वाली है ? इस नए सूट में तो आप खूब जँच रहे हैं।" बस पत्नी के इस दुलार और प्रशंसा से आप निहाल हो जाते हैं। मुझे कोई प्यार करे, मैं किसी को अच्छा लगूँ, मैं किसी का हो जाऊँ, किसी को अपना बना लूँ, मेरे जीवन के सूनेपन को कोई अपनी उपस्थिति से भर दे—मानव की यह इच्छा बहुत सनातन है। एक कवि का कथन है कि जीवन में कभी भी अपना कोई प्रेम-साथी न होने की अपेक्षा व्यक्ति प्रेम करके प्रेम की बाज़ी हार जाए यह लाख दर्जे अच्छा है।

छोटी-छोटी बातों का ध्यान रखें—एक-दूसरे के जन्मदिन, महत्वपूर्ण दिवस और विवाह की वर्षगांठ मनाना न भूलें। दुनिया की नजरों में चाहे आप बूढ़े और पुराने हो गए हों पर परस्पर एक-दूसरे के लिए तो अनूठे बने रहें। एक-दूसरे की रुचि और पसन्द की कद्र करें। प्रत्येक मनुष्य की खाने-पीने, पहनने-ओढ़ने, पुस्तक, सिनेमा, रंग, किसी काम करने का ढंग, एक-दूसरे से भिन्न हो सकता है। रुचि, पसन्द और तौर-तरीका मनुष्य के व्यक्तित्व का अंग होता है। किसी के व्यक्तित्व को कुचलने का अर्थ है, मानसिक कैद। भला ऐसे घुटे वातावरण में प्रेम बेलि कैसे हरी-भरी रह सकती है? समझदार दम्पति एक-दूसरे की रुचि का अध्ययन करते हैं, और अपने साथी को प्रिय लगने वाला तौर-तरीका खुद भी अपनाते हैं।

माधव की पत्नी रत्ना देखने में बिलकुल साधारण और एक गरीब घर की लड़की थी जब कि माधव एक बहुत ही खूबसूरत और होशियार नवयुवक था। पर माधव अपनी पत्नी की प्रशंसा करते अघाता नहीं था। उसका कहना था कि 'रत्ना से श्रेष्ठ स्त्री की मैं कल्पना ही नहीं कर सकता। मैं अपने को इतना नहीं समझता जितना वह मुझे समझती है। गृह-व्यवस्था, खान-पान, पहनने-ओढ़ने, शिष्टाचार आदि में मेरी रुचि कैसी है, मुझे क्या पसन्द है, इन सब बातों का उसने ऐसा सुन्दर अध्ययन किया है कि मुझे आज

तक कभी किसी बात का आग्रह करने का मौका ही नहीं आया। मेरे कहने से पहले मेरे मन की बात ताड़ जाती है। मेरे मनोवेगों को वह तुरन्त पढ़ लेती है। मैं तो देखकर हैरान हूँ कि किस तरह धीरे-धीरे उसने मुझ पर अपनी छाप डाली है। शादी से पहले मुझे संगीत में रस ही नहीं आता था। अब जब कि रत्ना दिलरुबा बजाती है तो उसके साथ तबला बजाने में मुझे बड़ा आनन्द आता है। पहले मैं बड़ा बेपरवाह था, अपनी चीजों को सँभालकर रखना मेरे लिए एक मुसीबत थी। रत्ना ने एक दिन भी इस बात की शिकायत मुझसे नहीं की। पर अब उसकी सोहबत में रहकर मैं भी व्यवस्थाप्रिय बन गया। खाने-पीने में मैं पहले बड़ा नखरेबाज था, हरे साग या उड़द की दाल से तो मुझे खास चिढ़ थी। पर अब पता ही नहीं चलता किस प्रकार रत्ना ने मेरी ये सब आदतें छुड़ा दीं। अब तो यह हाल है कि जो मेरी पसन्द है सो रत्ना की पसन्द है, जो रत्ना को रुचिकर है वह मुझे भी भाता है। रत्ना चार दिन के लिए यदि पीहर चली जाती है तो मुझे ऐसा लगता है मानो मैं अधूरा रह गया हूँ।' सच है रत्ना ने प्रेम के जादू से अपने पति को मुग्ध किया हुआ है।

शिष्टाचार का पालन करें—शिष्टाचार की कुछ बातें पति-पत्नी को भी परस्पर निभानी चाहिएँ। यथा, काम कर देने पर धन्यवाद देना न भूलें। बधाई या प्रशंसा की कोई बात हो तो उसकी दाद अवश्य दें। अपने से पहले दूसरे का आराम सोचें। अपने मनोवेगों पर क़ाबू रखें। कोई बात समझानी हो या अपना मतभेद एकान्त में प्रकट करें। यदि आपके जीवन-साथी में कुछ खूबियाँ हैं या वह आपसे किसी बात में श्रेष्ठ है तो उसकी श्रेष्ठता को न केवल स्वीकार ही करें अपितु उसकी प्रशंसा करें, प्रोत्साहन भी दें। देखने में आता है कि पति इस विषय में अधिक उदार नहीं होते। पत्नी की श्रेष्ठता में वे अपनी हीनता अनुभव करते हैं।

ज्ञानवती का विवाह एक ऐसे सेठ घराने में हुआ था जहाँ बजाजी का व्यवसाय चलता था। उसके ससुराल के सभी परिजन साँवले और मोटे-मोटे थे और अधिक पढ़े-लिखे भी नहीं थे, पर पैसा खूब था। ज्ञानवती के पिता स्कूल के प्रिंसिपल थे। उसके भाई-बहन देखने में सुन्दर, ऊँचे, लम्बे, गोरे और उच्च शिक्षा प्राप्त थे। ज्ञानवती के दोनों लड़के भी अपने ननसाल पर पड़े थे। वे पढ़ने-लिखने, कद-काठ और रूप-रंग में अपने मामा-जैसे निकले। पर ज्ञानवती के पति और देवर इस मामले में ज्ञानवती के पीहर की श्रेष्ठता को कभी नहीं मानते थे, उल्टे उसकी खिल्ली उड़ाया करते, "भाभी, तुम्हारे पीहर वालों का रंग तो ऐसा है मानो सफेद कोढ़ फूटा हो। इतना अधिक सफेद रंग अच्छा नहीं लगता। इतना पढ़-लिखकर तुम्हारे भाई आखिर करते तो दूसरों की नौकरी ही हैं। उनकी एक महीने की तनखाह से ज्यादा तो हम घर बैठे एक घंटे के सौदे में कमा लेते हैं। हाँ, लम्बे-चौड़े दैत्याकार जरूर हैं। बस, मिलिट्री में सिपाही बनने के लायक हैं।" "ज्ञानवती जी, आपने भी ये छः वर्ष संगीत अकादमी की परीक्षा पास करने में यों ही खराब करे। हमारी राय में तो यह परिश्रम की बरबादी है। अजी, गाना सुनने की

इच्छा हो तो रेडियो का बटन दबा दो। एक से एक बढ़िया भजन, गीत और वाद्य सुन लो।"

हृदय को ठेस न लगाएँ—ऐसे अनेक पुरुष हैं जो अपनी पत्नी की श्रेष्ठता को स्वीकार करना तो दूर रहा उसकी धज्जियाँ उड़ाएँगे। यदि आप अपनी पत्नी के हृदय को ठेस पहुँचाएँगे तो वह भी घुमा-फिराकर आपके परिजनों, परिवार के तौर-तरीकों की आलोचना करेगी। याद रखें, पत्नी को अपने पीहर की आलोचना से और कोई अधिक अप्रिय बात नहीं लगती। यदि आप दफ्तर का गुस्सा घर आकर अपने बाल-बच्चों और पत्नी पर निकालते हैं तो घर लौटने पर आप किसी को अपने स्वागत के लिए खड़ा न पाएँगे। बच्चे आपके आने से पहले बाहर खिसक जाएँगे, पत्नी रसोई में घुसी रहेगी। आपके आगे जलपान रखकर वह किसी और काम में लग जाएगी। आपके दुर्व्यवहार से तंग आकर यदि वह असहयोग आन्दोलन शुरू कर दे तो न तो आपको समय पर खाना मिलेगा, मिलेगा भी तो वह नीरस होगा, बच्चे भी माँ का रुख भाँपकर आपसे दूर ही रहेंगे। यदि कहीं अचानक ही पत्नी के सिर या पेट में दर्द शुरू हो गया तो असहयोग के इस अमोघ अस्त्र को आप नहीं जीत सकेंगे। सो याद रखें पत्नी के कोमल मन को कभी मत दुखाएँ।

कर्कशा पत्नियों को भी मेरी यह सलाह है कि वे चाहे लाख सुन्दर और गुणवती हों, पर उनका अपने पति के पीछे हमेशा 'किट-किट' करते रहना बहुत ही अशोभनीय व्यवहार है। अपनी जीविका के पीछे पति को बाहर जाकर हज़ार गर्म-सर्द बातें सुननी पड़ती हैं, जब कि आप अपने घर की रानी बनी सुरक्षित जीवन बिताती हैं। यदि आपको किसी बात की शिकायत है तो उसका उल्लेख बेमौके मत करें। थका-हारा, भूखा, चिन्तित पति आपकी समस्याओं को नहीं सुलझा सकता। जब वह स्वस्थ चित्त बैठा हो तो मीठे शब्दों में उस विषय पर बात छेड़ें। अनुकूल अवसर देखकर अपना अभिप्राय कहें। बाज स्त्रियाँ बहुत अविनयपूर्वक, उलाहना देकर जली-कटी सुनाती हुई अपने अभावों का रोना रोती हैं। उनके स्वभाव के इस फूहड़पन से पति को बड़ा क्लेश होता है। अपनी जान बचाने के लिए वह कोई काम का बहाना बनाकर घर से बाहर शाम गुजारने में ही अपनी कुशल समझता है। याद रखें, यदि स्त्री में जीवन-सहचरी बनने की योग्यता का अभाव है तो वह फिर केवल बच्चों की माँ और गृहिणी बनकर ही रह जाती है।

प्रेम को मुरझाने मत दें—कई दम्पति जीवनभर खाते-पीते, काम करते और सोते हैं। उनकी दिनचर्या आकर्षण, प्रफुल्लता और नवीनता से शून्य एक अभ्यस्त-सी क्रिया बन जाती है। परिवार के वातावरण में एक मृत्यु की-सी शान्ति और सन्नाटा छाया रहता है। उनकी जिन्दगी मरियल बैलों से खींची गई एक रेंगती-सी गाड़ी की गति में चूँ-चूँ करती हुई आगे बढ़ती जाती है। दोनों एक-दूसरे के जीवन-साथी ऐसे बने रहते हैं जैसे जुए में जुते दो बैल, जिनके लिए एक साथ चलना अनिवार्य हो गया है। बस, यह समझिए कि उनकी ज़िन्दगी चुपचाप नीरस ढंग से (जिसे कि दूसरे लोग शान्ति से कहते

हैं) कट रही है। दिन, महीने और साल गुज़र जाते हैं और वे बूढ़े हो जाते हैं पर उनका अतीत सूना, उदास, आकर्षकहीन, प्रिय स्मृतियों की चमक से शून्य काले अँधियारे की तरह रूपहीन होता है। वे दोनों चुप, स्वयं पर अविश्वास रखे और लाचार की तरह बँधे हुए-से इतने वर्ष कैसे काट गए यह कल्पना करके आश्चर्य और दुख दोनों को होता है। पर ऐसा हुआ इसलिए कि दोनों में ज़िन्दादिली की कमी थी। सीमा में बँधे हुए चौबच्चे के जल की तरह उनका प्रेम सीमित रहकर सड़ान्ध देने लगा। दोनों में बाँध को तोड़कर धारा को किसी निर्मल सोते के संग मिला देने का साहस नहीं था। हलचल और तूफ़ानों से वे डरते थे। वे परस्पर पूरक नहीं बन सके। एक-दूसरे में जो अवांछनीय था उसको निकाल फेंकने की उनकी हिम्मत नहीं हुई। न तो उन्होंने प्रेम के तीव्र प्रवाह से मन की मैल धो डालने की चेष्टा की, न प्रेम-कलह की आँधी में कचरा-कूड़ा उड़ाकर वातावरण को निर्मल बनाने का प्रयत्न किया। शायद यह बात उनकी समझ से परे थी कि प्रेम की धारा को निर्मल रखने के लिए उसमें स्वस्थ हलचल होनी ज़रूरी है।

जिस व्यक्ति के मनोवेगों में मौके पर उफ़ान नहीं आता वह एक निर्जीव पुतले की तरह है। उत्तेजना, हर्ष और प्रेम में तीव्रता और निखार ला देती है। हमेशा सोया हुआ-सा प्यार उसके अस्तित्व को भी धोखे में डाल देता है। अधिकार जमाकर, प्यारभरा उलाहना देकर, रूठकर, हँसकर, खिलकर, हर्षातिरेक से गद्गद होकर, सुख से आनन्द-

विभोर होकर, अपने स्पर्श, स्पन्दन और आँखों से प्रेम उँडेलकर परस्पर एक-दूसरे के

प्रति प्रेम प्रकट करना न भूलें। जब आत्मा प्रेम से सन्तुष्ट हो जाती है तो अधिक कहने को कुछ नहीं रह जाता। चाँदनी रात में एकान्त में एक-दूसरे का हाथ पकड़कर, सटकर लैला-मजनूँ की तरह जो पति-पत्नी घंटों गुजार देते हैं, वे धन्य हैं। दो प्रेमी पक्षियों की तरह घंटों गुटरगूँ करते हुए मानो वे आत्मा को प्रेम से सींचकर सराबोर कर देते हैं। ऐसे निर्विकार क्षण उन्हें और अधिक समीप ला देते हैं। बिना कहे वे एक-दूसरे के मन की बात जान जाते हैं। इस आत्मिक मिलन में सब मतभेद, मनोमालिन्य, विषमताएँ डूब जाती हैं, विश्वास बढ़ जाता है और जीवन अधिक सुन्दर और सुरक्षित प्रतीत होने लगता है।

प्रेम को ताज़ा रखने के लिए—प्रेम को ताज़ा और जीवन को सरस बनाए रखने के लिए पति-पत्नी में परस्पर परिहासप्रियता, जिसे अंग्रेज़ी में 'सेंस आफ ह्यूमर' कहते हैं, भी होनी चाहिए। परस्पर ठिठोली, हँसी-मज़ाक से जीवन में रंगत आ जाती है। वाक्पटु और विनोदप्रिय व्यक्ति हमेशा परिवार तथा समाज में आदर पाता है। यह ज़रूरी नहीं है कि पति-पत्नी दोनों ही बातचीत में पटु हों। एक अच्छा वक्ता और दूसरा धीरवान श्रोता हो तभी पटरी अच्छी बैठती है। बातूनी आदमी प्रायः साफ दिल होते हैं। वे दो कह भी लेते हैं तो दो बात सहार भी लेते हैं।

प्रेम को ताज़ा रखने के लिए थोड़े दिनों का वियोग भी अच्छा समझा गया है। विशेष करके पत्नी दिन भर व्यस्त रहकर गृहस्थी के कार्य-भार से थक जाती है। उसका कभी-कभी पीहर जाना आवश्यक है। इससे उसे आराम और परिवर्तन दोनों मिल जाते हैं। पर सब बच्चों को उसके साथ नहीं भेजना चाहिए। प्रेम को सजीव रखने के लिए यह ज़रूरी है कि कभी-कभी केवल पति-पत्नी ही विवाह की वर्षगांठ मनाने या वायु परिवर्तन के लिए बाहर कुछ दिनों के लिए जायें। दिन में भी कुछ क्षण वे एकान्त में, एक-दूसरे की समीपता का अनुभव करते हुए शान्ति से बिताएँ। कोई मनोरंजन कार्य (हॉबी) ऐसी चुनें जिसमें दोनों को दिलचस्पी हो। अपने अवकाश के समय और वृद्धावस्था में भी जब कि बच्चे

बड़े होकर अपने-अपने घर चले जाएँगे, वह 'कामन हौब्री' उन दोनों की दिलचस्पी का आधार बनी रहेगी। हमारे यहाँ पति-पत्नी चौथेपन में एक-दूसरे से इसलिए भी दूर पड़ जाते हैं क्योंकि घरों में बच्चों के न होने से उन्हें एकसूत्रता में बाँधने वाला कोई आधार नहीं रहता।

सहनशील बनें—जब पति-पत्नी एक-दूसरे के स्वभाव को समझ लें तब एक-दूसरे की सलाह और आलोचना का उन्हें स्वागत करना चाहिए। आखिरकार दोनों का एक ही ध्येय है—परिवार का कल्याण। इसलिए बच्चों, गृह-व्यवस्था, व्यय और खर्च, स्वास्थ्य आदि को लेकर जो सुझाव दिया जाय या आलोचना की जाय उसे तटस्थ होकर समझने और तोलने की चेष्टा करनी चाहिए। अधिकांश पति-पत्नी एक-दूसरे की आलोचना के प्रति असहनशील होते हैं और वे न केवल असहयोग ही दिखाते परन्तु बुरी तरह से एक-दूसरे की भर्त्सना करने और दोष निकालने लगते हैं। इससे परिवार के हित की बड़ी हानि होती है। "मेरे व्यक्तिगत मामले में तुम्हें बोलने का कोई अधिकार नहीं है। तुम अपना काम संभालो। मैं तुमसे अधिक परिवार का हित-अहित समझता हूँ।" पति का ऐसा कहकर पत्नी को चुप कराने की चेष्टा सरासर भूल है। यदि पत्नी के दिल में यह बात बैठ जाय कि मैं घर में केवल दासी की हैसियत रहती हूँ, अधिक महत्त्वपूर्ण मामलों में मेरी सलाह अनसुनी कर दी जाती है तो उसे पति को पूर्ण सहयोग देने की प्रेरणा नहीं मिलेगी।

पति को हमेशा इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि पत्नी को आर्थिक पराधीनता महसूस न हो। मैंने अधिकांश स्त्रियों को ऐसे कहते सुना है, "अजी, जितनी सेवा इस घर में करते हैं और जितनी धौंस और नखरे पति के सहते हैं, उससे आधी मेहनत करके तो हम कहीं भी रोटी-कपड़ा कमा लें। यहाँ तो चौबीस घंटों की गुलामी है। घड़ीभर चैन नहीं। पैसे-पैसे के लिए दूसरे का मुँह ताकना पड़ता है।" उपरोक्त कथन में अधिकांश नारियों के हृदय की कटुता और जीवन के प्रति असन्तोष छिपा है। पति की ग़लती से बराबर का दर्जा न मिलने के कारण उन्हें अपने त्याग और सेवा में मोहताज़गी प्रतीत होती है। बच्चों का मुँह देखकर और दूसरी जगह निर्वाह का ठौर-ठिकाना न होने के कारण वे कलपती हुई अपने दिन काटती हैं। नारियों की ऐसी दयनीय दशा के लिए पुरुष ज़िम्मेदार है। यदि मंत्री और प्रजा असन्तुष्ट रहेगी तो किसी भी राजा का राज्य फल-फूल नहीं सकता। यही नीति गृहस्थी पर भी लागू है। पुरुष यदि स्वयं को श्रेष्ठ समझता है तो उसका यह कर्त्तव्य है कि पत्नी को प्रेम से समझाए, उसका सहयोग प्राप्त करे, उसको सन्तुष्ट रखे और इस प्रकार अपनी पारिवारिक एकता और सुख को क़ायम रखने की चेष्टा करे।

5

ये कड़ुवे घूँट

पौधा जब तक छोटा है उसका एक गमले में सुरक्षित रहना ठीक है। पर जैसे ही उसकी जड़ें फैलती हैं, टहनियाँ फूटती हैं, अपने समुचित विकास के लिए उसे अधिक धरती और स्वाधीनता की ज़रूरत होती है। वयःसन्धिकाल में पाँव रखते ही युवक-युवतियों की दशा भी कुछ ऐसी ही होती है। अब तक वे अपने माता-पिता के डैनों के नीचे सुरक्षित थे। दुनिया से उनके माध्यम से परिचित थे। पर अब उनकी बहुमुखी प्रवृत्तियाँ, शारीरिक शक्तियाँ, मानसिक भूख स्वतन्त्र रूप से विकसित होने और सन्तुष्टि प्राप्त करने के लिए ज़ोर मार रही हैं।

इस आयु में विभिन्न सेक्स की ओर उनका आकर्षण बहुत स्वाभाविक है। यह आकर्षण उनके वैवाहिक जीवन को सफल बनाने के लिए बहुत ज़रूरी है। माता-पिता के लिए यह आवश्यक है कि वे अपने बच्चों को आगामी जीवन के लिए तैयार करें। यदि बच्चे अपने माता-पिता अथवा भाई, बहन, मौसी, चाची, भाभी का दाम्पत्य जीवन समस्यापूर्ण देखते हैं तो उनके मन में वैवाहिक जीवन के प्रति एक प्रकार की घृणा, डर अथवा उपेक्षा घर कर जाती है।

कृष्णा का जब विवाह हुआ था तब उसकी छोटी बहन श्यामा तेरह वर्ष की थी।

अपनी बहन को दुल्हिन की तरह सजी-धजी देखकर किशोरी श्यामा ने कल्पना की थी

कि इसी तरह मैं भी एक दिन दुल्हिन बनूंगी। सफेद घोड़ी पर चढ़कर राजकुमार-सा शानदार और सुन्दर मेरा भी दूल्हा आएगा। पर जब एक साल के बाद उसकी बहन ससुराल से लौटी तो श्यामा अपनी मुरझाई हुई दीदी को देखकर हैरान रह गई। ससुराल में बहन को क्या-क्या यातना भोगनी पड़ी, पति की उपेक्षा और सास-ननद का दमनचक्र सबने मानो कृष्णा की आशा-लता को सुखाकर रख दिया। उसके सारे रंगीन सपने अधूरे रह गए। प्यारी बहन की ऐसी दुर्दशा देखकर श्यामा ने आजीवन कुंआरी रहने का निश्चय किया।

कई नवयुवक जब अपने रिश्तेदारों की झगड़ालू पत्नियों को पारिवारिक जीवन को नारकीय बनाते देखते हैं तो वे भी विवाह से कतराने लगते हैं। विवाह मानो उनके लिए एक क़ैद और अभावों का जीवन होता है। इस प्रकार के दृष्टान्त किशोर और किशोरियों के मन को एक ऐसा धक्का पहुंचाते हैं कि वे जीवनभर समाज के साथ स्वस्थ और स्वाभाविक सम्बन्ध स्थापित नहीं कर पाते। नतीजा यह होता है कि उनका पारिवारिक जीवन समस्यापूर्ण बन जाता है। इसीलिए विफल विवाह समाज के लिए ख़तरा समझे जाते हैं।

नवयुवकों का उद्दण्डतापूर्ण अश्लील व्यवहार संकेत अथवा किसी अबला पर किया गया अत्याचार का समाचार भी युवती कन्याओं के मन में पुरुष मात्र के प्रति एक प्रकार का डर और घृणा भर देता है। अपनी कन्याओं को सावधान करने के लिए कई एक माताएँ भी पुरुषों के प्रेम के विषय में कन्याओं के मन में ऐसा ग़लत विचार पैदा कर देती हैं कि उनके हृदय में यह विश्वास पैदा हो जाता है कि पुरुष तो भ्रमर-प्रकृति हैं—फूल-फूल से रस चूसकर उड़ जाते हैं। अगर किशोरावस्था में लड़कियों के मन पर इस प्रकार का धक्का लगता है तो उसका बुरा नतीजा आगे जाकर विस्फोट के रूप में प्रकट होता है। कच्ची उम्र में जो धारणाएँ बन जाती हैं उन्हें मिटाना कठिन है। प्रत्येक कुमारी कन्या अपने वैवाहिक जीवन के सपने संजोती है। जब वह अपनी किसी सखी को वधू-रूप में सजी देखती है, उसका मन रंगीन कल्पनाओं में डूबने-उतराने लगता है। पुस्तकों में पढ़े हुए रोमान्स, सिनेमा में देखी हुई नायक-नायिका की प्रणय-लीला इन सभी को वह अपने जीवन में सजीव होते देखना चाहती है। पर काश वह समझ पाती कि—

'सपने किसी के हुए न पूरे
नित बनाओ, नित अधूरे।'

ग़लत श्रीगणेश—वास्तविकता के इस धरातल पर आकर उसके कमज़ोर पाँव लड़-खड़ा जाते हैं। पर सोचने की बात है कि ऐसा होता क्यों है। इसके निम्नलिखित कारण हैं—

(1) विवाह हमारे यहाँ प्रणय का सौदा न होकर दो खानदानों का मोल-तोल होता है। लड़के वाले लड़की के रूप-रंग के अतिरिक्त आर्थिक लाभ को परखते हैं, मानो लड़के को पाल-पोस और पढ़ाकर उन्होंने कोई एहसान किया है। उनका यह एहसान लड़की वालों

पर है। सो उसका मूल्य उन्हें विवाह अवसर पर चुकाना ही चाहिए। लड़की वाले भी इस कोशिश में रहते हैं कि सब-कुछ शानदार होना चाहिए।

(2) वर और वधू भी वैवाहिक जीवन की जिम्मेदारियों से अनभिज्ञ होते हैं। उनमें इतनी समझ ही नहीं होती कि वैवाहिक जीवन की जिम्मेदारियों की कल्पना करके चुनाव करते समय तदनुसार अपने जीवन-साथी की योग्यता या अयोग्यता को परखें।

(3) विवाह से पहले किसी विरले दम्पति को ही आदर्श पति या पत्नी बनने का पाठ पढ़ाया जाता है। परम्परा से माता अपनी बेटी को यही चेतावनी देती आई है—"तूने पराए घर जाना है, दबकर रहना सीख। ससुराल में सास-ननदों को सहना होगा। उनके बच्चों की गुलामी करनी होगी। मियाँ की मर्ज़ी के अनुसार रहना होगा। अनुशासन सीखकर तब पराए घर में निर्वाह हो सकेगा।

अब आप ही सोचिए कि किशोरी कन्या के मन में सुसराल-जीवन की कैसी तसवीर उभरती रहती है, मानो ससुराल न हुआ, कोई कैदघर है। इस सिखावट की प्रतिक्रिया भी होती है कि लड़की सास-ननद को अपना जन्म-जात शत्रु समझकर ससुर कुल में पाँव रखती है। नतीजा यह होता है कि दोनों ओर से दाँव-पेंच शुरू होते हैं। और बहू के आते ही पारिवारिक कलह शुरू हो जाती है। नासमझ सासें भी अपने बहू-काल में अनुभव की हुई कटुता की कसर अपनी बहू से निकालती हैं। इस प्रकार यह दुश्चक्र चलता ही रहता है। इस कलहाग्नि में कुँआरी ननदें काफी लगाई-बुझाई करती हैं और विवाहिता ननदें और कुँआरे देवर माँ का पक्ष लेकर बहू के विपक्ष को दृढ़ बनाते हैं।

पति यदि आर्थिक रूप से माता-पिता पर निर्भर है तब तो बहू की मुसीबत हो आ जाती है। निराश्रित होकर वह या तो सचमुच में बुरी बन जाती है या फिर सिसक-सिसककर जीवन व्यतीत करती है। इसमें उसके जीवन का प्रेमस्रोत और रोमान्स सूख जाता है। इस सिलसिले में मुझे एक बहन की याद आई है। उसका उल्लेख करती हूँ.

उसका नाम सुमित्रा था। बड़ी ही हँसोड़ और जिन्दादिल लड़की थी। स्वभाव की बड़ी भोली और चरित्र की निर्मल। घर में दो बड़े भाई और एक छोटी बहन थी। माता का स्वर्गवास हो चुका था। जब वह मैट्रिक पास कर चुकी तो पिताजी ने एक अच्छे घर में उसकी शादी कर दी। ससुर एक नामी ठेकेदार थे। उसके पति तब बी० ए० में ही पढ़ रहे थे।

विवाह के चार साल बाद फिर सुमित्रा मुझे मिली। पहले तो मैं उसे पहचान ही नहीं सकी, वह इतनी अधिक बदल गई थी। मैंने पूछा, "तुझे क्या हो गया ?"

सूखी-सी हँसी हँसकर वह बोली, "वही जो अधिकांश लड़कियों को हो जाता है, ससुराल जाकर। इससे तो अच्छा होता कि मैं विवाह से पहले ही मर जाती।"

और यह कहकर वह फूट-फूटकर रोने लगी। उसकी दुखभरी कहानी का सारांश यही था कि उसके सास-ससुर ने कहने को तो लड़के की शादी कर दी थी, पर वे यह नहीं चाहते थे कि लड़का अपनी पत्नी से मिले-जुले, उसे लाड़-दुलार करे।

उन्होंने तो शादी इस विचार से की थी कि जब तक तीन-चार साल लड़का पढ़ेगा, बहू उनके शासन में रहेगी। इस प्रकार से बहू को अपनी मर्जी के मुताबिक ढाल सकेंगे। उस पर अपनी धाक रखेंगे। इससे लड़का बहू का दास नहीं बन पाएगा। अपनी धाक बनाए रखने के लिए उन्होंने अपनी बहू को शारीरिक और मानसिक रूप से सताया। न अच्छा खाने को दिया, न अच्छा पहनने को और उसे दिन-रात काम में जोते रखा। ऐसा करते हुए वे यह समझ रहे थे कि वे बहू को गृहस्थी संभालने की शिक्षा दे रहे हैं। किफायतशारी से खर्च करना सिखा रहे हैं। सास-ससुर का अदब करना और देवर-ननदों के संग निभाना भी उसे शासन में रहकर ही आएगा। यदि रोक-टोक न रखेंगे तो हमारा बेटा उसके मोह में पड़कर परिवारवालों को भूल जाएगा। इसलिए जब लड़का छुट्टियों में घर आता, वे बहू को पीहर भेज देते। लड़के की मजाल नहीं कि बहू को चिट्ठी भी लिख सके। उसे लिखने का शौक ही नहीं हुआ क्योंकि जब भी छुट्टियों में वह घर आता, भाई-बहन, मां-बाप बहू की बुराइयों, कमियों और असफलताओं के गीत गाया करते। वह अपनी जिन्दगी से अलग परेशान था। विवाह दोनों के लिए मुसीबत हो गया था। दोनों के अरमान कुचले गए थे, क्योंकि विवाह के बाद ही दोनों को जीवन से विरक्त करने वाले कटु अनुभव हुए थे। वे समझते थे कि जीवन-साथी ही इसका कारण है। न विवाह होता न ये मुसीबतें आतीं।

इसके बाद दस साल बाद मैंने सुना कि सुमित्रा के हृदय में गृहस्थाश्रम के प्रति इतनी विरक्ति हो गई कि उसने संन्यास ले लिया और अब अरविन्दाश्रम में चली गई है। उसका पति अपनी पढ़ाई पूरी करके एक नौकरी के सिलसिले में अफ्रीका चला गया। वहीं उसने एक सहयोगी की विधवा बहन से विवाह कर लिया और फिर अपने माता-पिता के पास भारत लौटकर कभी नहीं आया।

कुछ अन्य कारण—पारिवारिक जीवन की समस्याओं का मूल कारण बचपन की समस्याएँ, गलत ढंग से वैवाहिक जीवन का आरम्भ, किसी तृतीय व्यक्ति का पति-पत्नी के जीवन में अनाधिकार चेष्टा, बुरी सिखावट, पति-पत्नी को एक-दूसरे के साथ रहकर समझने के मौकों का अभाव, तथा अपने मनचाहे ढंग से रहने में असुविधा आदि भी है।

पारिवारिक कलह की बुनियाद न पड़ने पाए इसके लिए नवयुवकों को चाहिए कि वे विवाह तभी करें जब अपने पैरों पर खड़े हो जायँ। यदि संयोगवश माता-पिता या बहन-भाई उसी पर निर्भर हैं तब इस बात का स्पष्टीकरण उन लोगों से पहले ही कर देना चाहिए कि विवाह के बाद पति-पत्नी के जीवन में किसी प्रकार की दखलन्दाजी, गुटबन्दी आदि की चेष्टा वे नहीं करेंगे।

कई सासें घुमा-फिराकर बातें सुनाती हैं, यथा अमुक के घर से इतना दान-दहेज आया, तीज-त्योहार पर बहुत-कुछ लेना-देना हुआ। वे किस्मत वाले हैं। मेरा ऐसा होनहार लड़का, पर कौड़ियों के भाव चला गया।

आम तौर पर सासें बहुओं की नेकी को नहीं मानतीं। यदि कोई पड़ोसिन यह कह

दे कि बहन, तुम्हारी बहू तो बड़ी सुशील और निभानेवाली है तो सास जी बहू को श्रेय न देकर कहेंगी—"बस, बहन, चुप ही रहो। जो दिन निकल जाए सोई ठीक जानो। यह

तो कहो हमारा लड़का सीधा है, बहू के कहे में नहीं है, तभी हमारी गुजर हो रही है।"

अब पिछले जमाने जैसी बात तो है नहीं जबकि छोटी उम्र में शादी हो जाती थी, बहुएँ दबी रहती थी, चुपचाप अत्याचार सहती थी, इस उम्मीद में कि पति जब कमाने लग जाएँगे तो उनके साथ चले जाने से इस नरक से हमारा भी छुटकारा हो जाएगा।

अब तो सयानी उम्र में शादी होती है। लड़कियाँ यह उम्मीद लेकर आती हैं कि हमारा अपना घरबार होगा। अपनी मर्जी के मुताबिक घर की व्यवस्था की जाएगी। मैं घर की स्वामिनी होऊँगी।

विवाह में पति-पत्नी प्रतिज्ञाएँ करते हैं। यदि गृहस्थाश्रम में प्रवेश करने पर पत्नी को गृहिणी का पद नहीं मिलता तो सोचिए पति की सुरक्षा का आश्वासन और गृहिणी को अपने कर्त्तव्य को निभाने की प्रतिज्ञाएँ क्या धरी-धराई नहीं रह जाएँगी।

समझने की तो यह बात है कि अब परिवारों की व्यवस्था समय के साथ बदले। आगे लोग यह समझते थे कि सास तो सभी अच्छी होती हैं, बहू को अच्छा बनकर सबका मन जीतना चाहिए। अब तो सास को भी इस बात की समझ रखनी होगी कि यदि वह बेटे का प्यार और बहू का आदर चाहती है तो उसे भी उनके जीवन में अनाधिकार चेष्टा नहीं करनी चाहिए। बहू के साथ बराबरी का रिश्ता रखकर उसका लाड-चाव करना होगा। उसकी सुख-सुविधा का ध्यान रखना होगा और उसकी विश्वासपात्र बनने की चेष्टा करनी होगी। छोटे बहन-भाइयों को भी भाभी का

आदर-मान करने की शिक्षा दी जाय। क्योंकि देखा गया है कि ये बच्चे ही लगाई-बुझाई करके माँ-बाप की तरफ से बहू का मन फाड़ते हैं। सासें यह चाहती हैं कि बहू शादी के बाद अपने पीहरवालों से कोई नाता न रखे। बहू यदि अपने माता-पिता, बहन-भाई से मिलने की चाहना रखती है या वे लोग उससे मिलने आते हैं तो सास को नहीं भाता। उसको यह भ्रम रहता है कि यदि बहू की ममता पीहरवालों में बनी रही तो उसका प्यार ससुराल वालों में नहीं पड़ेगा। मानो प्यार कोई ऐसी चीज़ है जो एक के हिस्से का उठाकर दूसरे को दिया जाता है। कई शिक्षित सासें भी यह नहीं समझतीं कि प्यार प्यार पर पनपता है और कठोरता तथा आलोचना से वह नष्ट होता है।

पिछले जमाने में बहू जो कुछ पीहर से लाती थी उस पर सास अपना अधिकार समझती थी। आजकल के ज़माने में वह नीति नहीं चलेगी। आखिरकार बेटे-बहू को अपना घर-संसार ज़माने के लिए गृहस्थी सजाने की उपयोगी चीज़ें, कुछ धन आदि चाहिए। इसलिए अपनी समर्थ भर सास-ससुर जो कुछ उन्हें दे सकें दें। यह ज्यादा अच्छा है कि ज़ेवर और भारी-भारी पोशाकों की अपेक्षा गृहस्थी के काम की चीज़ें दी जाएँ। दहेज में जो उसको मिला है वह भी उन्हीं को सौंप दें। ऐसा करने से बहू के मन की आशंका बहुत हद तक कम हो जाएगी। अपनी सामर्थ्य से बाहर बेटे के व्याह पर कुछ खर्चने की ज़रूरत नहीं। दिखावे के लिए जेवर-कपड़ा चढ़ाना ग़लती है।

बहू के पीहर की कभी निन्दा न करें। आखिरकार वे आपके मित्र और रिश्तेदार हैं। कमियाँ हरेक में होती हैं। प्रत्येक स्त्री को अपने पीहर की आलोचना बहुत असह्य होती है। इसलिए इससे बचें।

बहुत से सास-ससुर या दामाद लड़की वालों को अपने से हेय समझते हैं। मानो लड़की के रूप-गुण से आकृष्ट होकर उन्होंने उस घर की कन्या तो स्वीकार कर ली, परन्तु अब उनसे वास्ता रखने में उनकी हेठी है। वे बहू को पीहर नहीं जाने देंगे। उसके बहन-भाइयों की शादी पर दामाद को नहीं जाने देंगे। अपने खानदान के बेतुके रीति-रिवाज़ बताकर बहू के मिलने-जुलने पर बन्दिशें लगाएँगे। धर्म की ओट में या कुल की परम्पराओं का उल्लेख कर अपने तौर-तरीके समधियों पर लादेंगे। ऐसी परिस्थिति में लड़की वाले लाचार होकर रह जाते हैं। बहू जब तक दबी हुई रहे तब तक तो खैर है। पर यदि वह इन पाबन्दियों से घबराकर कुछ प्रतिरोध करती है तब तो बहू की शिक्षा, स्वभाव, पीहर की सात पुश्त तथा हितैपियों को पानी पी-पीकर कोसा जाता है।

ऐसी परिस्थिति में आप यह कैसे उम्मीद कर सकते हैं कि बहू को ससुराल वाले अच्छे लगेंगे। जब आप पत्नी से यह उम्मीद करते हैं कि वह आपके परिवार में घुल-मिल जाय, छोटों से प्यार और बड़ों का आदर करे, तब क्या आपका कुछ फर्ज उसके बहन-भाई और माता पिता की तरफ नहीं है? पारिवारिक सम्बन्ध इसलिए भी कटु हो जाते हैं कि दामाद का व्यवहार पत्नी के परिवारवालों की तरफ मित्रतापूर्ण न होकर एक एहसान करने वाले की तरह का होता है। वह उनसे मित्रता का नाता भी नहीं रखना चाहता।

इस बात को भी ध्यान रखना है कि पत्नी की रुचि, व्यक्तिगत दृष्टिकोण, आदर्श और स्वाधीनता की रक्षा की जाय। आप उसे मौका दें कि वह स्वेच्छा से आपके परिवार में घुल-मिल जाय। जहाँ दबाव दिया जाता है वहाँ कटुता आ जाती है। पत्नी को क्या प्रिय है, इसका ध्यान रखना भी पति का फर्ज है।

विवाह पुरुषों के लिए जीवन की एक अवस्था है, पर स्त्री के लिए तो यह सब कुछ है। स्त्री अधिक भावुक होती है। उसे आत्म समर्पण में, सेवा में, दूसरों के लिए जीने में सुख मिलता है, पर इसके बदले में वह यह भी चाहती है कि मेरे समर्पण, मेरी सेवा, मेरे त्याग की दाद दी जाए, उसकी सार्थकता स्वीकार की जाय। एक कहावत है: 'मुर्गी जान से गई पर खाने वाले को स्वाद भी न आया।' एक ऐसी ही नेक बहू ने अपने सास-ससुर से दुखी होकर कहा था कि आप लोगों ने सता-सताकर मेरी जिन्दगी बरबाद कर दी। मैं आपके दरवाजे की गऊ होकर पड़ी रही। आपका यह व्यवहार समाज के लिए बड़ा बुरा उदाहरण रहा। अगर नेक बहुओं की कद्र न होगी तो भला नव-विवाहिताओं को आदर्श बहू बनने की प्रेरणा कैसे मिलेगी ?

अब समाज ही इसका जवाब दे। यदि पहला घूंट ही कड़वा होगा तो जीवन में सरसता कहाँ से आएगी ? आप एक जीवनसंगिनी लेकर गृहस्थ में प्रवेश कर रहे हैं, सोचने की बात है कि वह आपके भरोसे अपनों को छोड़कर पराए के बीच अपनत्व स्थापित करने आई है। यह आपका कर्तव्य है कि इस नई पौध को नवीन क्यारी में जमने की सुविधा दें ताकि वह ठीक से फल-फूलकर आपके जीवन को सुन्दर और सुगन्धित बना सके।

आदर-मान करने की शिक्षा
करके माँ-बाप की तरफ से
बाद अपने पीहरवालों से क
मिलने की चाहना रखती है
उसको यह भ्रम रहता है कि
प्यार ससुराल वालों में नहीं
उठाकर दूसरे को दिया जाता
पर पनपता है और कठोरता

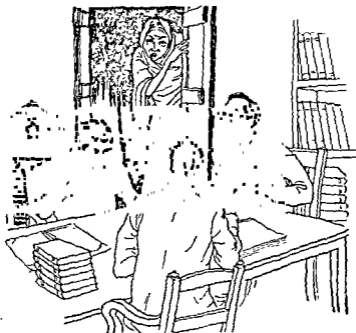
पिछले जमाने में वह ज
समझती थी। आजकल के ज
अपना घर-संसार जमाने के
चाहिए। इसलिए अपनी समर्थ
कि ज़ेवर और भारी-भारी पो
जो उसको मिला है वह भी उ
हद तक कम हो जाएगी। अपने
नहीं। दिखावे के लिए जेवर-क

बहू के पीहर का कभी नि
हैं। कमियाँ हरेक में होती हैं।
होती है। इसलिए इससे बचें।

बहुत से सास-ससुर या द
लड़की के रूप-गुण से आकृष्ट हो
अब उनसे वास्ता रखने में उनकी
भाइयों की शादी पर दामाद को
बताकर बहू के मिलने-जुलने पर
परम्पराओं का उल्लेख कर अपने
लड़की वाले लाचार होकर रह जाते
यदि वह इन पाबन्दियों से घबरा
स्वभाव, पीहर की सात पुश्त तथा

ऐसी परिस्थिति
अच्छे लगें
जाय,

हुआ था। पर उसे घर को सजाने का सलीका भला कहाँ आता था ?

"खैर, जब मैं इस घर मे आई तो मैंने चीजो की फहरिस्त बनाई, कमरो को झाड़-पोछ कर उनकी व्यवस्था की। कुछ पैसा मेरे पास था। उससे घर के लिए ज़रूरी चीजें, फर्नीचर आदि ले आई। कुछ चीजें मुझे माँ-बाप ने दहेज मे भी दे दी थी। दो महीने मे ही हमारे घर का रूप बदल गया। सजा-सजाया ड्राइगरूम, साफ-सुथरा खाने वाला कमरा, सुविधाजनक शयन कक्ष सभी कुछ था। धीरे-धीरे मैंने रसोई, गोदाम-घर, स्नान-गृह भी ठीक कर लिए। अब इनके मित्र आते तो बडी प्रशंसा करते। इनके कुछ बालसखा, जो बहुत मुँहफट थे, यहाँ तक कह देते, 'अजी मिस्टर, आपको तो रमा भाभी ने रहने का

सलीका सिखा दिया।' एक दिन मेरी सासजी ने यह बात सुन ली। इन्हे बोली, 'यह क्या तमाशा है ! तूने बहू को यदि दबाकर नही रखा तो पछताएगा। क्या इसके आने से पहले हम ढोरो की तरह रहते थे ? बड़ी आई सलीका सिखाने वाली !'

"हमारे विवाह के बाद यह पहला अवसर था जबकि मेरे पति मुझसे बेमतलब झुँझला-कर बोले। धीरे-धीरे यह गिठान बढ़ती रही। मैं जब भी घर की व्यवस्था मे कोई नवीनता या सजावट करती तो मुझे रोक-टोक का डर ही लगा रहता। मेरे पति बडी उपेक्षा की दृष्टि से मेरी ओर देखते। उनकी दृष्टि मानो यह कहती कि हम इन बातों को विशेष

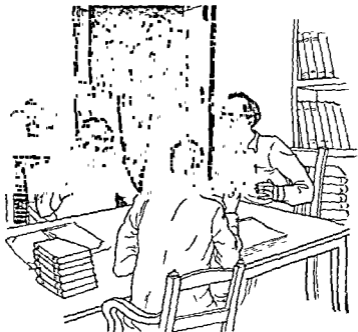
6

गुण न हिरानो

एक दूसरे के कृतज्ञ रहें—विवाह के कुछ दिन बाद जब कि रोमान्स का खुमार उतर जाता है पति-पत्नी वास्तविकता के धरातल पर आकर मानो सपने से जाग उठते हैं। अब तक जिन बुराइयों और कमियों को नाज़ोअदा और भोलापन कहकर तरह दी जाती थी वे खटकने लगती हैं। असल बात यह है कि बहुत कम दम्पति वैवाहिक जीवन को सफल और सुन्दर बनाने के लिए मानसिक रूप से तैयार होकर वैवाहिक जीवन में प्रवेश करते हैं। पति-पत्नी दोनों एक-दूसरे के पूरक हैं। जीवनक्षेत्र में उन्नति करने के लिए परस्पर प्रेरणा, प्रोत्साहन, सहानुभूति और दुख-सुख की साझेदारी होनी ज़रूरी है पत्नी घर और बच्चों की ज़िम्मेदारी सँभालती है। पति जीविका के प्रश्न को हल करता है। इस तरह से अपना-अपना काम बाँटकर गृहस्थी का काम चलता है। परस्पर एक-दूसरे से जो दोनों को सुख प्राप्त होता है, एक-दूसरे के सहयोग से जो बेफिक्री होती है, उसके लिए एक-दूसरे के प्रति कृतज्ञ होना ज़रूरी है। जो दम्पति एक-दूसरे के प्रति कृतज्ञता ज्ञापन नहीं करते वे भारी भूल करते हैं। सब कुछ देते हुए भी वे अपने जीवन-साथी के जीवन में एक भारी अभाव और अतृप्त प्यास पैदा करने के दोषी होते हैं।

एक दिन एक महिला मेरे पास आई। उसके चेहरे पर असन्तोष और दुख की छाप थी। उसका मन बड़ा उदास था। अपनी कहानी कहते हुए उसका आँखें भर-भर आती थीं। वह बोली, "बहन, मैं आपके पास अपनी भूल-चूक समझने के लिए आई हूँ। भगवान ने मुझे दूध-पूत सभी कुछ दिया है। पति मेरे हाईकोर्ट के रजिस्ट्रार हैं। दो बेटे और दो बेटियाँ हैं। पर मन मेरा खुश नहीं रहता। मुझे घर को सजाने, भोजन पकाने, पति के सामाजिक जीवन को सफल बनाने का बड़ा ही शौक है। मैं नौकरों के होते हुए भी खुद ही भोजन पकाना पसन्द करती हूँ। दावतों पर जब मित्र परिवार हमारे घर आते हैं तो घर की सफाई और सजावट देखकर वे प्रशंसा के पुल बाँध देते हैं। मिठाई, पकवान और चीज़ों की बड़ाई कर-करके वे भोजन का मज़ा ले-लेकर खाते हैं। अपनी पत्नियों को मेरे पास चीज़ें सीखने भेजते हैं, पर अपने पति से इस मामले में कभी भी मुझे कोई प्रशंसा सुनने को नहीं मिलती। चार चीज़ अच्छी बनी होंगी तो वह उनकी कभी बड़ाई नहीं करेंगे, पर यदि किसी चीज़ में किसी दिन नमक कम पड़ गया या कोई चम्मच साफ नहीं हुआ तो वह ऐसी खरी-खोटी सुनाएँगे कि मेरे सब किए-कराए पर पानी फिर जाएगा। विवाह से पहले उनके घर की व्यवस्था ठीक नहीं थी। घर की चीज़ों का कोई हिसाब नहीं था। कोई चीज़ कहीं पड़ी थी, कोई कहीं। ज़रूरत के समय कोई वस्तु नहीं मिल ती थी। घर लुटने से इसलिए बचा हुआ था कि किस्मत से नौकर ईमानदार मिला

हुआ था। पर उसे घर को सजाने का सलीका भला कहाँ आता था ?

"खैर, जब मैं इस घर में आई तो मैंने चीजों की फहरिस्त बनाई, कमरों को झाड़-पोंछ कर उनकी व्यवस्था की। कुछ पैसा मेरे पास था। उससे घर के लिए जरूरी चीजें, फर्नीचर आदि ले आई। कुछ चीजें मुझे माँ-बाप ने दहेज में भी दे दी थीं। दो महीने में ही हमारे घर का रूप बदल गया। सजा-सजाया ड्राइगरूम, साफ-सुथरा खाने वाला कमरा, सुविधाजनक शयन कक्ष सभी कुछ था। धीरे-धीरे मैंने रसोई, गोदाम-घर, स्नान-गृह भी ठीक कर लिए। अब इनके मित्र आते तो बड़ी प्रशंसा करते। इनके कुछ बालसखा, जो बहुत मुँहफट थे, यहाँ तक कह देते, 'अजी मिस्टर, आपको तो रमा भाभी ने रहने का

सलीका सिखा दिया।' एक दिन मेरी सासजी ने यह बात सुन ली। इन्हें बोलीं, 'यह क्या तमाशा है ! तूने बहू को यदि दबाकर नहीं रखा तो पछताएगा। क्या इसके आने से पहले हम ढोरों की तरह रहते थे ? बड़ी आई सलीका सिखाने वाली !'

"हमारे विवाह के बाद यह पहला अवसर था जबकि मेरे पति मुझसे बेमतलब झुँझलाकर बोले। धीरे-धीरे यह खिंचाव बढ़ती रही। मैं जब भी घर की व्यवस्था में कोई नवीनता या सजावट करती तो मुझे रोक-टोक का डर ही लगा रहता। मेरे पति बड़ी उपेक्षा की दृष्टि से मेरी ओर देखते। उनकी दृष्टि मानो यह कहती कि हम इन बातों को विशेष

महत्त्व नहीं देते। वहन, कहने को तो बाल-बच्चे हैं, घर-बार है, पति सदाचारी है, पर क्या पत्नी का मन इसी से खुश हो जाता है? वह कष्ट सहने को तैयार है, यदि सच्चे अर्थ में वह पति की प्रशंसा पा सके। मैं तो इनके प्रशंसा के दो शब्दों की भूखी हूँ। पर राम जाने, इनके दिल में क्या बात है। समझते हैं शायद प्रशंसा करने से पत्नी सिर चढ़ जाएगी। कर्त्तव्य करना छोड़ देगी।"

इस वहन की बात सुनकर मैंने सोचा कि कुछ पुरुषों की भी ऐसी ही शिकायत अपनी पत्नी से हो सकती है। बाज महिलाएँ भी तो अपने भाई, बहनोई, देवर, जेठ, पति के मित्र आदि पुरुषों से अपने पति की तुलना करती रहती हैं। उनके पति चाहे कितनी कोशिश करें उन्हें प्रसन्न करने की, पर उनके सभी प्रयत्न उनके उम्मीदों की सीमा को नहीं छू पाते।

प्रशंसा की भूख—इन्सान की यह भूख बड़ी ज़बरदस्त है। आप अपने जीवन-साथी के खाने-पीने, आराम और शारीरिक भूख को शान्त करना अपना कर्त्तव्य समझते हैं, फिर भला उसके रूप, प्रयत्न, सहयोग और सद्चेष्टाओं की दाद देने में क्यों पीछे रहते हैं? गुण होना तो आवश्यक है पर गुण ग्राहिकता भी होनी चाहिए। नहीं तो बन्दर के गले में मोतियों की माला ही चरितार्थ होकर रह जाती है।

निर्मला के पति को इस बात का बड़ा चाव था कि घर के लिए अच्छा से अच्छा फल, खाद्य पदार्थ, घर सजाने की चीज़ें, कपड़ा आदि लेकर आएँ। पर उनकी पत्नी उनकी पसन्द की कभी दाद ही नहीं देती थी। जब उसकी पड़ोसिनें उसे कहतीं, "देखो, तुम्हारे वह तो घर के लिए बढ़िया से बढ़िया चीज़ें जुटाने में कितनी दिलचस्पी लेते हैं।" उस समय निर्मला नाक चढ़ाकर जवाब देती, "अजी, वैसे तो बाज़ार पास ही है। पैसे फेंको तो अच्छी से अच्छी मिल जाती है। मैं शापिंग के लिए इसलिए खुद नहीं जाती कि चलो, इन्हें खर्चने का शौक है इसी तरह इनकी तृप्ति होती रहती है।"

निर्मला का उपरोक्त ढंग से सोचना ग़लत बात है। किसी काम को आफ़त समझकर करना या चाव से करना दोनों में बड़ा अन्तर है। श्यामा को घर सजाने का शौक है। मोहन को बाग़-बगीचे लगाने का चाव है, वह अपने अवकाश का समय उसी में लगाता है। सुशीला बच्चों की पढ़ाई में दिलचस्पी लेती है। मिस्टर आनन्द ने स्पोर्ट में बड़ी ख्याति प्राप्त की है, परन्तु दुःख इस बात का है कि इनके जीवन-साथी—उनकी इन विशेपताओं की प्रशंसा नहीं करते। इसलिए इनके मन में बड़ी कसक रहती है। नतीजा यह होता कि जो उनके प्रशंसक होते हैं उनके प्रति उनकी रुझान हो जाती है।

पति-पत्नी का यह कर्त्तव्य है कि अपने जीवन-साथी की खूबियों, रुचि और रुझान को समझें, उनकी दाद दें, आगे बढ़ने की प्रेरणा दें, तभी वे अपने पार्टनर के पूरक और सच्चे जीवन-साथी बन सकते हैं। एक सुन्दरी या चतुर गृहिणी के कई प्रशंसक हो सकते हैं, परन्तु यदि उसका प्रिय पति उसकी प्रशंसा नहीं करता तो उसका रूप-शृंगार, चतुराई सभी उसे व्यर्थ-सी लगती है। इसी तरह एक पुरुष चाहे समाज में कितना ही लोकप्रिय

और अपने धन्धे में कितना भी सफल क्यों न हो, पर यदि वह अपनी पत्नी की प्रशंसा और प्रेरणा नहीं पा सका तो उसका मन बुझा-बुझा-सा रहता है।

एक-दूसरे के पूरक—गौरव इस बात में नहीं है कि कोई व्यक्ति कितने लोगों के संग निभा सकता है, पर महत्त्व इस बात का है कि अपने जीवन-साथी के साथ उसकी पटरी कैसी जमती है। विवाह भी इसी उद्देश्य को लेकर किया जाता है कि कोई ऐसा जीवन-साथी मिल जाय जो हमें समझ सके, हमारे दुख-सुख का साथी हो, हमारी खूबियों को उभारे और प्यार से हमारी बुराइयों को भुला दे। इसीलिए विरोधी स्वभाव में प्रेम का आकर्षण अधिक पाया गया है। एक बलिष्ठ पुरुष कोमलांगी की ओर आकर्षित होगा। एक भीरू स्वाभाव की महिला दिलेर व्यक्ति की तरफ झुकेगी। एक बेपरवाह आदमी सुघड़ गृहिणी पसन्द करेगा। इसका कारण यह कि प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन साथी को पूरक के रूप में पाना चाहता है। इस पूरक रूप को पाने के लिए मनुष्य रूप, धन, स्वास्थ्य, मान-मर्यादा तक की उपेक्षा कर जाता है। 'अरे, उसने इस साधारण से

व्यक्ति में क्या खूबी देखी जो इसको अपना जीवन-साथी चुना?' इसका उत्तर ही उपरोक्त कथन में छिपा है। पार्टनर के बिना पूरक हुए प्रेम-बेलि बढ़ती नहीं। यदि जो खूबियाँ पति में हैं, वही पत्नी में होंगी तो पति-पत्नी परस्पर आलोचक बन जाएँगे।

इस बात को समझे कि विभिन्नता तो आकर्षण का हेतु हो सकती है परन्तु विरोध कटुता पैदा करता है आपने देखा होगा कि यदि पति-पत्नी दोनों ही डाक्टर, वकील या अध्यापक हैं तो वे परस्पर एक-दूसरे के नुक्स निकालते रहते हैं। एक-दूसरे की संगति में अपने मानसिक तनाव को ढीला नहीं कर पाते। एक-दूसरे की असफलता को वे सुलझा नहीं पाते। सफलताओं के लिए प्रशंसा और प्रेरणा नहीं दे पाते।

कई व्यक्ति अपने जीवन-साथी को अपने आदर्शों और विचारों के अनुसार ढालना चाहते हैं, पर स्थिर बुद्धि वाले जीवनसाथी को बदल देना उतना सरल नहीं होता। वह समयानुकूल अच्छी आदतें तो सीख लेता है पर बुनियादी आदर्शों में परिवर्तन नहीं आने देता। इस प्रकार वह अपने जीवन-साथी का सुखद पूरक बना रहने में ही कल्याण समझता है।

अधिकांश प्रेम-विवाह असफल क्यों ?

किशोर वय में व्यक्ति अपना पूरक किसी न किसी सफल नेता, सिनेमा स्टार, ख्याति-प्राप्त कलाकार आदि में ढूंढता है। उनका कृपापात्र बनकर मानो वह अपनी उमंगों और प्रयत्नों की चरम सीमा तक पहुँचना चाहता है। पर आयु के साथ ही साथ जब उसे कुछ समझ आती है तो उसको अपनी किशोर आयु की ये हरकतें, ये धारणाएँ हास्यास्पद प्रतीत होती हैं। इसलिए प्रेम की तरंग में आकर जो विवाह किए जाते हैं वे अधिकांश रूप से सफल नहीं होते। इसका कारण यह भी है कि एक तो प्रेम चश्मा लगा रहने से सारी दुनिया हरी-हरी दिखती है। जीवन-साथी के चुनाव से पहले व्यक्ति को अपनी ज़रूरतें, शादी से उसे क्या प्राप्ति की इच्छा है, अपनी योग्यता, ज़िम्मेदारियों को निभाने की सुविधाएँ और समर्थ आदि को तोल लेना चाहिए। इनको समझे बिना जहाँ जीवन-साथी का चुनाव किया जाता है, शादियाँ असफल रहती हैं।

हमारे देश में अधिकांश शादियाँ माता-पिता के द्वारा तय होती हैं। यह दो व्यक्तियों से ही सम्बन्ध नहीं रखती, परन्तु एक परिवार का दूसरे परिवार से सम्बन्ध जोड़ती है। हमारे समाज और परिवार का ढाँचा ऐसा है कि नव दम्पति को दो कुलों के परिजनों के मान-सम्मान और सुख-सुविधाओं का ध्यान रखकर गृहस्थी की नैया खेनी पड़ती है। इससे जहाँ ज़िम्मेदारी अधिक बढ़ जाती है वहाँ आड़े वक्त में दोनों कुलों से सहायता मिलने की सुविधा भी रहती है। पाश्चात्य देश में नव दम्पति को सम्पूर्ण रूप से अपनी नव गृहस्थी की ज़िम्मेदारी सँभालनी पड़ती है। विवाह के बाद उन्हें अपना घर अलग बसाना ...ति यदि किसी कारण से आर्थिक कठिनाई में आ जाय तो सास-ससुर या माता-... कारवश कोई सहयोग की आशा नहीं कर सकता, परन्तु हमारे यहाँ आड़े ... ससुर और माता-पिता यथाशक्ति सहायता करने के लिए बाध्य हैं, नहीं ...ई होती है। इसलिए प्राचीन और नवीन दोनों पद्धतियों के लाभ और हानि के

दोनों ही पहलू हैं। यह शुभ लक्षण है कि हमारी परम्पराएँ अच्छी दिशा में बदल रही हैं। वर और वधू एक-दूसरे को विवाह से पहले देख लेते हैं। कहीं-कहीं तो अच्छी तरह जान-सुनकर शादी तय होती है। पर सोचने-समझने की बात यह है कि लड़का और लड़की ऐसे वातावरण और परिस्थिति में मिलते हैं और इतने थोड़े समय के लिए मिलते हैं कि उन्हें एक-दूसरे के स्वभाव को परखने का मौका ही नहीं मिल पाता। वे केवल एक-दूसरे की ऊपरी-ऊपरी बातें देख पाते हैं। इसलिए वे दोनों विवाह के प्रति अपने-अपने दृष्टिकोण और माँग का स्पष्टीकरण नहीं कर पाते। परिणाम यह होता है कि स्त्रियों को ही दबना पड़ता है। बाद में जिसका व्यक्तित्व अधिक प्रभावशाली होता है वह दूसरे पर छा जाता है।

जीवन-साथी से क्या उम्मीदें करनी उचित हैं, इस विषय में सामाजिक, पारिवारिक वातावरण का भी प्रभाव पड़ता है। यदि कोई पत्नी पिछड़े हुए समाज में रहकर यह आशा करे कि मेरे पति गृह-व्यवस्था और बच्चों के पालने में मेरा हाथ बँटाएँ ताकि मैं बिना नौकर रखे घर का काम कर पैसा बचा लूँ अथवा समय निकालकर मैं भी अपनी योग्यता के अनुसार धनोपार्जन कर सकूँ तो रूढ़िवादी समाज में ऐसी पत्नी को लोग बड़ी तेज कहेंगे, पति को दब्बू या स्त्री का गुलाम कहकर नाम धरेंगे। अब यदि अपने आदर्शों के विपरीत परिस्थितियों में किसी दम्पति को रहना पड़े तो विवाह में उन्होंने जो आशा की थी वह पूरी नहीं हो पाएगी। परिणामस्वरूप मन में कटुता छा जाएगी और वे एक-दूसरे को दोष देने लगेंगे। पति पत्नी को असहनशील समझेगा, पत्नी पति को डरपोक कहेगी।

श्री गणेश यदि ग़लत हो

विवाह के आरम्भ के कुछ वर्ष बहुत महत्त्व रखते हैं। यदि शुरुआत गलत हो तो दुर्बल व्यक्तित्व वाला व्यक्ति एक भँवर में फँसा हुआ-सा जीवन व्यतीत करता है। आदतें, स्वभाव बन जाती हैं। और वह 'रट' में से निकल नहीं पाता। लाचार होकर परिवर्तन से डरने वाला व्यक्ति उसी गलत ढंग से जीवन बिताता रहता है। उस समय जीवन-साथी की कटुता बहुत तीव्र हो जाती है। वह सोचता है कि पहले तो मजबूरियों से लाचार थे, अब किसको दोषी ठहराने का मुँह है? चाहिए तो यह था कि पिछली कोर-कसर भी अभी पूर्ण रूप से पूरी कर ली जाती, परन्तु हुआ उल्टा ही। अब वे लाचारियों के ही गुलाम बन गए। ऐसी कटुता के कारण भी कई दम्पति एक-दूसरे से रुष्ट रहते हैं।

विवाह बन्धन को दृढ़ बनाने के लिए

विवाह कर लेना और बात है पर विवाह को सफल बनाना दूसरी बात। प्रेम एक-दूसरे के प्रति सच्चे रहकर ही पनपता है। एडवर्ड कार्पेण्टर का कथन है कि दो प्रेमियों के बीच सबसे भयानक और डरावनी बात तब होती है जब वे प्रेम को सुलिख और सस्ता बना लेते हैं और यह एक ऐसी कठोर चट्टान है जिससे टकराकर अक्सर विवाह

इस बात को समझें कि विभिन्नता तो आकर्षण का हेतु हो सकती है परन्तु विरोध कटुता पैदा करता है। आपने देखा होगा कि यदि पति-पत्नी दोनों ही डाक्टर, वकील या अध्यापक हैं तो वे परस्पर एक-दूसरे के तनाव निकालने वाले नहीं हैं। एक-दूसरे की संगति में अपने मानसिक तनाव को ढीला नहीं कर पाते। एक-दूसरे की असफलता को वे सुलझा नहीं पाते। सफलताओं के लिए प्रशंसा और प्रेरणा नहीं दे पाते।

कई व्यक्ति अपने जीवन-साथी को अपने आदर्शों और विचारों के अनुसार ढालना चाहते हैं, पर स्थिर बुद्धि वाले जीवनसाथी को बदल देना उतना सरल नहीं होता। वह समयानुकूल अच्छी आदतें तो सीख लेता है पर बुनियादी आदर्शों में परिवर्तन नहीं आने देता। इस प्रकार वह अपने जीवन-साथी का पूरक बना रहने में ही कल्याण समझता है।

अधिकांश प्रेम-विवाह असफल क्यों ?

किशोर वय में व्यक्ति अपना पूरक किसी न किसी सफल नेता, सिनेमा स्टार, ख्याति-प्राप्त कलाकार आदि में ढूंढ़ता है। उनका कृपापात्र बनकर मानो वह अपनी उमंगों और प्रयत्नों की चरम सीमा तक पहुँचना चाहता है। पर आयु के साथ ही साथ जब उसे कुछ समझ आती है तो उसको अपनी किशोर आयु की ये हरकतें, ये धारणाएँ हास्यास्पद प्रतीत होती हैं। इसलिए प्रेम की तरंग में आकर जो विवाह किए जाते हैं वे अधिकांश रूप से सफल नहीं होते। इसका कारण यह भी है कि एक तो प्रेम चश्मा लगा रहने से सारी दुनिया हरी-हरी दिखती है। जीवन-साथी के चुनाव से पहले व्यक्ति को अपनी जरूरतें, शादी से उसे क्या प्राप्ति की इच्छा है, अपनी योग्यता, जिम्मेदारियों को निभाने की सुविधाएँ और समर्थ आदि को तोल लेना चाहिए। इनको समझे बिना जहाँ जीवन-साथी का चुनाव किया जाता है, शादियाँ असफल रहती हैं।

हमारे देश में अधिकांश शादियाँ माता-पिता के द्वारा तय होती हैं। यह दो व्यक्तियों से ही सम्बन्ध नहीं रखती, परन्तु एक परिवार का दूसरे परिवार से सम्बन्ध जोड़ती है। हमारे समाज और परिवार का ढाँचा ऐसा है कि नव दम्पति को दो कुलों के परिजनों के मान-सम्मान और सुख-सुविधाओं का ध्यान रखकर गृहस्थी की नैया खेनी पड़ती है। इससे जहाँ जिम्मेदारी अधिक बढ़ जाती है वहाँ आड़े वक्त में दोनों कुलों से सहायता मिलने की सुविधा भी रहती है। पाश्चात्य देश में नव दम्पति को सम्पूर्ण रूप से अपनी नव गृहस्थी की जिम्मेदारी सँभालनी पड़ती है। विवाह के बाद उन्हें अपना घर अलग बसाना पड़ता है। पति यदि किसी कारण से आर्थिक कठिनाई में आ जाय तो सास-ससुर या माता-पिता से अधिकारवश कोई सहयोग की आशा नहीं कर सकता, परन्तु हमारे यहाँ आड़े वक्त में सास-ससुर और माता-पिता यथाशक्ति सहायता करने के लिए बाध्य हैं, नहीं तो नामधराई होती है। इसलिए प्राचीन और नवीन दोनों पद्धतियों के लाभ और हानि के

दोनों ही पहलू हैं। यह शुभ लक्षण है कि हमारी परम्पराएँ अच्छी दिशा मे बदल रही हैं। वर और वधू एक-दूसरे को विवाह से पहले देख लेते हैं। कहीं-कहीं तो अच्छी तरह जान-सुनकर शादी तय होती है। पर सोचने-समझने की बात यह है कि लडका और लडकी ऐसे वातावरण और परिस्थिति में मिलते हैं और इतने थोडे समय के लिए मिलते हैं कि उन्हे एक-दूसरे के स्वभाव को परखने का मौका ही नहीं मिल पाता। वे केवल एक-दूसरे की ऊपरी-ऊपरी बातें देख पाते है। इसलिए वे दोनो विवाह के प्रति अपने-अपने दृष्टिकोण और माँग का स्पष्टीकरण नही कर पाते। परिणाम यह होता है कि स्त्रियों को ही दबना पड़ता है। बाद मे जिसका व्यक्तित्व अधिक प्रभावशाली होता है वह दूसरे पर छा जाता है।

जीवन-साथी से क्या उम्मीदें करनी उचित है, इस विषय मे सामाजिक, पारिवारिक वातावरण का भी प्रभाव पड़ता है। यदि कोई पत्नी पिछड़े हुए समाज मे रहकर यह आशा करे कि मेरे पति गृह-व्यवस्था और बच्चो के पालने मे मेरा हाथ बँटाएँ ताकि मैं बिना नौकर रखे घर का काम कर पैसा बचा लूँ अथवा समय निकालकर मैं भी अपनी योग्यता के अनुसार धनोपार्जन कर सकूँ तो रूढिवादी समाज मे ऐसी पत्नी को लोग बडी तेज कहेंगे, पति को दुर्बल या स्त्री का गुलाम कहकर नाम धरेंगे। अब यदि अपने आदर्शों के विपरीत परिस्थितियों मे किसी दम्पति को रहना पड़े तो विवाह से उन्होने जो आशा की थी वह पूरी नहीं हो पाएगी। परिणामस्वरूप मन मे कटुता छा जाएगी और वे एक-दूसरे को दोष देने लगेंगे। पति पत्नी को असहनशील समझेगा, पत्नी पति को डरपोक कहेगी।

श्री गणेश यदि गलत हो

विवाह के आरम्भ के कुछ वर्ष बहुत महत्त्व रखते हैं। यदि शुरुआत गलत हो तो दुर्बल व्यक्तित्व वाला व्यक्ति एक भँवर मे फँसा हुआ-सा जीवन व्यतीत करता है। आदतें, स्वभाव बन जाती हैं। और वह 'रट' मे से निकल नही पाता। लाचार होकर परिवर्तन से डरने वाला व्यक्ति उसी गलत ढंग से जीवन बिताता रहता है। उस समय जीवन-साथी की कटुता बहुत तीव्र हो जाती है। वह सोचता है कि पहले तो मजबूरियों से लाचार थे, अब किसको दोषी ठहराने का मुँह है? चाहिए तो यह था कि पिछली कोर-कसर भी अभी पूर्ण रूप से पूरी कर ली जाती, परन्तु हुआ उल्टा ही। अब वे लाचारियों के ही गुलाम बन गए। ऐसी कटुता के कारण भी कई दम्पति एक-दूसरे से रुष्ट रहते हैं।

विवाह बन्धन को दृढ़ बनाने के लिए

विवाह कर लेना और बात है पर विवाह को सफल बनाना दूसरी बात। प्रेम एक-दूसरे के प्रति सच्चे रहकर ही पनपता है। एडवर्ड कॉर्पेन्टर का कथन है कि दो प्रेमियो के बीच सबसे भयानक और डरावनी बात तब होती है जब वे प्रेम को कुत्सित और सस्ता बना लेते हैं और यह एक ऐसी कठोर चट्टान है जिससे टकराकर अक्सर विवाह

के सूत्र छिन्न-भिन्न हो जाते हैं।

पति-पत्नी का जब एक-दूसरे के प्रति विश्वास और श्रद्धा मिट जाती है तो दाम्पत्य जीवन कटु हो जाता है। चरित्ररूपी आधारशिला यदि मज़बूत है तो दाम्पत्य जीवन का महल स्थिर खड़ा रहता है। जीवन में आर्थिक अभाव, शारीरिक कष्ट, प्रलोभन आदि ये सब इस महल को किंचित भी नुक़सान नहीं पहुँचा सकते। जिनका वैवाहिक जीवन सुखी और सफल है, उसका यह मतलब नहीं कि पति-पत्नी के जीवन में कभी कोई अन्य स्त्री-पुरुष नहीं आता या कभी कुछ ग़लतफहमी नहीं होती। पर तो भी वे ईर्ष्या या अविश्वास से अपने प्रेम को कलुषित नहीं होने देते। यदि एक का पाँव लड़खड़ाता है तो दूसरा साथी प्यार और विश्वास से लड़खड़ाते साथी को दृढ़ता के साथ थाम लेता है और उसे गिरने से बचा लेता है। इसका फल बहुत सुन्दर होता है।

विवाह में सुरक्षा की यह भावना कि सुख-दुख, बुराई-भलाई, सभी में साथ देने की जो नीति दम्पति अपनाते हैं उनका जीवन अधिक सुखी होता है। उनका प्रेम कसौटी पर कसकर खरा हो जाता है। डर, प्यार और अधिकार इनके बल पर पति-पत्नी एक-दूसरे को विचलित होने और गिरने से रोक लेते हैं। कइयों का विचार है कि पति-पत्नी का एक-दूसरे के प्रति बेवफा होने के लिए विवाह प्रथा दोषी है। यदि विवाह बन्धन ढीले कर दिए जायँ ताकि असफल व्यक्ति किसी अन्य के साथ नए सिरे से अपना घर बसा सके तो उसका जीवन सुखमय बन सकता है। परन्तु ऐसे सुझाव देने वाले व्यक्ति यह भूल जाते हैं कि जो व्यक्ति अपने प्रथम विवाह को सुखद और सफल बनाने का प्रयास नहीं करता वह क्या अपने द्वितीय प्रयास में सफल होगा? प्रेम में श्रद्धा रखकर और आदर्श का सहारा लेकर दो व्यक्तियों का एक साथ रहना सफल होता है। प्रेमकला में निपुणता अभ्यास से ही आती है। शारीरिक मिलन तो उसकी एक स्टेज है। यह अवस्था सच्चे प्रेमियों की सबसे बाद में आती है। पहले तो एक-दूसरे को समझने, रिझाने और सुखी करने में ही बीतता है, पर फूहड़ व्यक्तियों में शारीरिक मिलन का खेल समाप्त होने पर प्रेम की इतिश्री हो जाती है। यह प्रेम नहीं लम्पटता है। खासकर स्त्रियों के हृदय में पति की इस लम्पटता की बड़ी चोट लगती है।

ऐसे पति जो केवल शयनकक्ष में ही स्त्री से प्राप्त शरीर-सुख के कारण उसकी प्रशंसा करते हैं और बाद में उसके प्रति विरक्ति या उपेक्षा बरतते हैं कभी सफल पति नहीं बन सकते। मुझे एक स्त्री ने बताया कि उसका पति स्वस्थ है, सुन्दर है, बलवान है। परन्तु वह उसकी सेज की सच्ची साथिन नहीं बन पाती क्योंकि दिन में उसका व्यवहार, बातचीत और मैनर्स इतने कठोर व कटु होते हैं कि जब रात को वह प्रेम निवेदन करता है तो मुझे उसकी सब बात बनावटी लगती है। मेरा मन घृणा से भर जाता है। इच्छा न रहते हुए भी शरीर समर्पण दुखदायी प्रतीत होता है।

प्रेम और सेक्स की भूख सभ्य समाज में विवाह के बन्धन में परिणत होती है, लेकिन प्रेमहीन विवाह केवल एक बन्धन बनकर रह जाता है। वहाँ पति-पत्नी का सम्बन्ध

व्यभिचार ही कहलाता है। विवाह में सेक्स का महत्त्वपूर्ण स्थान है परन्तु यही मात्र उसका ध्येय नहीं है। पति-पत्नी का जो मिलन आत्मा को नहीं छूता, वह इस सम्बन्ध को स्थिर नहीं बनाता। दाम्पत्य जीवन में संयम, धीरता, निःस्वार्थ और त्याग का बड़ा महत्त्व है। इसके लिए दम्पति में मानसिक प्रौढ़ता और विचारशीलता की आवश्यकता है। और इसकी शिक्षा उन्हें बचपन से ही मिलनी चाहिए। जब तक बचपन से ही लेन-देन में सन्तुलन रखना, सहनशीलता, सहयोग और विश्वास करना नहीं सिखाया जाएगा बड़े होकर चरित्र में ये गुण नहीं आ सकते। इसके अभाव में असहनशीलता, ईर्ष्या, अविश्वास, धोखेबाजी सफल वैवाहिक जीवन को नष्ट कर देती है।

देखने में आता है कभी-कभी वास्तव में कुछ बात नहीं होती, परन्तु सन्देह करने की प्रवृत्ति मनुष्य को झकझोरकर रख देती है। वह मन ही मन कुढ़ता है, झुंझलाता है, अपने साथी पर लांछन लगाता है और उसे बेवफा घोषित कर देता है। अब आप सोचिए कि यदि एक बेगुनाह आदमी पर तोहमत लगाई जाय तो उसे कितना अखरता है? प्रेम बाँधकर नहीं रखा जाता है वह तो विश्वास पर पनपता है। आजकल के जमाने में जब कि स्त्रियाँ भी नौकरी करती हैं, उनका भी सामाजिक जीवन विकसित हो रहा है तो सन्देह की प्रवृत्ति पारिवारिक जीवन को खोखला कर सकती है। हमारे समाज की विचारधारा ही ऐसी है कि लोग स्त्रियों को जल्द ही दोषी ठहरा देते हैं। उनके प्रति चाहे अन्याय हुआ हो पर सामाजिक चर्चा से बचने के लिए वे ही चुप हो जाएँगी। इस प्रकार शरारत करने वाला व्यक्ति बच जाता है। परिजन भी स्त्री की ही आलोचना करेंगे। पति भी उसे ही दोषी समझेगा, जबकि यथार्थता यह होती है कि मजबूरियों ने औरत को ऐसी परिस्थिति में पहुँचा दिया होता है कि वह निर्दोष होकर भी दोषी समझ ली जाती है। सोचने की बात है कि स्त्री भी मानव है। मानवीय दुर्बलताओं का वह भी शिकार हो सकती है। अगर उसका मन किसी की ओर केवल अनुरक्त हो गया है तो क्या पुरुष को अपने व्यवहार में कमी ढूँढने का विचार नहीं आना चाहिए? पत्नी सम्पत्ति नहीं है। आप अपने शरीर पर अधिकार कर सकते हैं पर मन को तो केवल प्यार से ही जीता जा सकता है।

यदि पति-पत्नी में से एक भी अपने कर्त्तव्य से विचलित होता है जीवन-साथी की उपेक्षा करता है, उसके जीवन में कड़वाहट और निराशा पैदा करता है तो प्रेम बन्धनों को ढीला करने देने का वह भी दोषी है। अपने जीवन-साथी को प्रलोभनों की ओर जाने देना, उसे लड़खड़ाते को न थामना मानो उसे दुश्चरित्रता की ओर धकेलना है। देखने में आता है कि प्रेम बन्धन की डोर ढीली हो जाने से भी लोग बहक जाते हैं। पति का अपने काम में अधिक व्यस्त रहना, पत्नी के प्रति उदासीन रहना, अधिक कठोरता से उस पर शासन करना, रोमान्स का अभाव, कटुभाषी होना और नारी की कोमल भावनाओं को न समझ पाना भी स्त्री को पति से विमुख कर देता है। यदि पति पत्नी की योग्यता और रुचि को समझकर तदनुसार उसे अपनी खूबियों को विकसित करने की

प्रेरणा नहीं देता तो वह अपने पति को एक सहयोगी नहीं समझती। पति के कई रूप हैं: रक्षक, मित्र, प्रियतम और सहयोगी। हमारे यहाँ विवाह के बाद ही पत्नी को बुद्धि व योग्यता का विकास करने की अधिक सुविधाएँ मिलती हैं। ऐसी सूरत में जो पति-पत्नी को विकसित होने का मौका सहयोग व प्रेरणा देते हैं वे सच्चे अर्थ में उसके रक्षक, मित्र और सहयोगी प्रमाणित होते हैं।

इसी तरह यदि पत्नी यह चाहती है कि अपने जीवनसाथी को अपनी प्रेम डोर में जीवनभर बाँधे रखे तो उसे भी इस बात की चेष्टा करनी चाहिए कि पति को हमेशा अपनी सेवा और सहयोग से प्रसन्न रखे। अपने रमणी रूप से उसे रिझाए रखे और उसकी पुंसत्व भावना को तुष्ट रखे। क्योंकि आमतौर पर देखने में यह आता है कि जो पुरुष दुर्बल पुंसत्व वाले होते हैं वे अपने अहं को तुष्ट करने के लिए दूसरी स्त्रियों से फ्लर्ट करके यह साबित करना चाहते हैं कि एक क्या अनेक स्त्रियाँ उन पर दीवानी हैं। यदि उनकी पत्नी उनसे सन्तुष्ट नहीं है तो इसमें वही दोषी है। प्रेम और सेक्स जब अन्योन्य आश्रित हो जाते हैं तो विवाह के बाहर इसका अस्तित्व नहीं रह जाता। नारी यदि प्रेम में उष्णता, उल्लास और सौन्दर्य का तत्त्व प्रदान करती है तो पुरुष का पुंसत्व सार्थक हो जाता है। उससे पूर्णता की भावना की अनुभूति होती है और वह चिर-जीवन तक उससे बँध जाता है। नारी को अपने पति की वासना तृप्ति का एक निष्क्रिय साधन नहीं बन जाना चाहिए परन्तु उसे एक सक्रिय भूमिका अदा करनी चाहिए। इस विषय पर आगे जाकर मैंने विशेष रूप से प्रकाश डाला है।

7
भेद की बात

बहुत-से लोग केवल स्त्री-पुरुष के मोह के वशीभूत होकर विवाह कर लेते हैं। औरत और मर्द का मन एक दूसरे के लिए बड़ा आकर्षण रखता है। पर उसी आदम-काल से ही यह समस्या भी चली आ रही है कि क्या वे एक-दूसरे के संग ठीक से निभाना भी जानते हैं।

हमारे समाज में लड़कियों को तो यह सिखाया भी जाता है कि घरबार, बाल-बच्चे कैसे संभालने चाहिएं। घर की बड़ी-बूढ़ियां उनको नसीहतें देती रहती हैं कि पराये घर जाना है, इज्जत रखो, जबान पर काबू रखो, आंखों में शर्म-हया होनी चाहिए। त्याग और सदाचार का जीवन व्यतीत करो। औरत की इज्जत मोती की आब है। पर विरले ही पुरुषों को एक आदर्श पति, सच्चा प्रेमी और आदर्श गृहस्थ बनने की शिक्षा मिलती होगी। क्योंकि वे पुरुष हैं, सोने का घड़ा हैं, इसलिए उनके लिए सभी जायज़ है। यदि पुरुष कमाऊ है और उनके बच्चे हैं, तो उनके सभी दोष माफ समझे जाते हैं। स्त्री गृहस्थी जमाने में चाहे कितनी दिलचस्पी ले पर उसका घर की मालकिन बने रहना पुरुष की कृपा पर ही निर्भर करता है। घर मानो उसका है, स्त्री का नहीं। स्त्री का पांव यदि ऊंच-नीच में पड़ जाए तो न तो उसे पुरुष ही क्षमा करता है, न समाज। इसके विपरीत पुरुष अपनी प्रणय लीलाओं का स्त्री के मुंह पर हंस-हंसकर बखान करता है, समाज में इस दुराचार के कारण उसे नीचा नहीं देखना पड़ता, परिजन और मित्रों की नजरों में वह गिरता नहीं है।

इस विरोधाभास का कारण यह है, क्योंकि स्त्री मां है, उसे नसल की पवित्रता रखनी है, वह आर्थिक रूप से पुरुष पर निर्भर है, उसका संरक्षण उसे अवश्य चाहिए, इसीलिए वह सब तरह से दबी हुई है। खैर, इसमें भी कोई हानि नहीं, चरित्र की पवित्रता, सेवा परायणता, त्याग, भीरुता आदि गुण स्त्री की कोमल भावनाओं के संग मेल खाते हैं पर क्षोभ तो इस बात का है कि विरले ही पुरुष स्त्री के स्वामी होकर भी उसके मन को जीत पाते हैं, उसे समझ पाते हैं, उसकी साध पूरी कर पाते हैं।

नारी के मूड का मनोवैज्ञानिक आधार—अपने इतने साल के अनुभव के बल पर आज मैं पुरुषों को कुछ टिप्स बताती हूं ताकि वे स्त्री के रहस्यपूर्ण व्यवहार, मूड और दृष्टिकोण को समझ सकें। पुरुषों की आम शिकायत होती है कि स्त्रियां बड़ी मूडी होती हैं। कभी तो प्यार में ऐसी पिघल जाएंगी कि उनसे चाहे जो करवा लो, पर कभी अकारण ही इतनी बिगड़ उठेंगी कि आदमी भौंचक्का रह जाएगा।

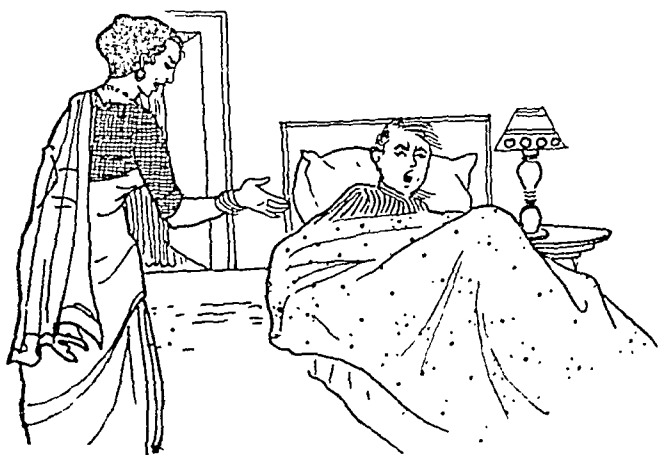
याद रखें, स्त्री के स्वभाव में इस अकस्मात् तूफान के आने के कुछ मनोवैज्ञानिक

कारण होते हैं। इस तूफान को लाकर वह पति को एक पुरुष की तरह व्यवहार करने के लिए प्रेरित करती है। पुरुष का निर्णय, दृष्टिकोण और कार्यनीति बड़ी स्पष्ट होती है। पर औरत यह चाहती है कि पुरुष मेरी इच्छा, पसन्द और मर्ज़ी को खुद ही समझे। प्रेमी बनकर तो पुरुष स्त्री की मर्ज़ी झट समझ जाता है, पर पति और स्वामी बनकर वह मचला क्यों हो जाता है? इस पर नारी चिढ़ कर नकारात्मक ढंग से अपनी इच्छा प्रकट करती है।

मोहिनी की इच्छा सिनेमा जाने की है। भुवन बार-बार याद दिलाने पर भी सिनेमा जाने का प्रोग्राम नहीं बना पाता। अन्त में मोहिनी चिढ़कर कह देती है, "तुम्हें मेरी क़सम है जो अब कभी पिक्चर जाने का प्रोग्राम बनाओ।"

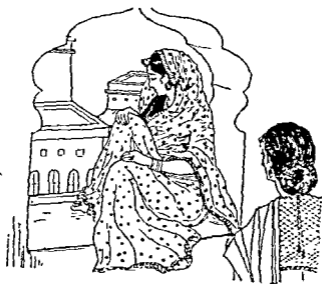
राधा को इस बात की बड़ी कसक है कि उसका पति कभी भी उसके जन्मदिन की तारीख याद नहीं रख पाता। इससे उसके मन को बड़ी ठेस लगती है। और हमेशा ऐसा होता है कि जन्म-दिवस या विवाह की वर्षगाँठ पर उसका अपने पति से झगड़ा हो जाता है। उसे इस बात का बड़ा अरमान है कि प्रत्येक पति के लिए ये दोनों दिन बड़े महत्व के होने चाहिएँ, पर एक यह हैं कि कभी याद ही नहीं रखते।

मोहिनी और राधा दोनों ही अपने पति को इसलिए बुरा-भला सुनाती हैं कि वे पुरुषों की तरह ज़िम्मेदार ढंग से क्यों नहीं व्यवहार करते? वे अपने पतियों को धिक्कारती हैं, लज्जित करती हैं और अन्त में खिन्न होकर रोने लगती हैं।

मोहिनी और राधा की तरह ही जिन स्त्रियों की साध पूरी नहीं होती; प्रेम

ने, सुरक्षा की भावना अधूरी रह जाती है, वे मानसिक रूप से भूखी होती उनके मनोवेग उन्हें झकझोर कर रख देते हैं। वे मन ही मन जलती, कुढ़ती

रहती हैं। धन-दौलत, बाल-बच्चे, सभी उन्हें नीरस लगने लगते हैं। उन्हें ऐसा लगता है मानो जीवन का एकाकीपन उन्हें खाए जा रहा है, मानो पति को घर में कोई दिलचस्पी ही नहीं है। मैं घर चाहे कितना सजाऊँ तब कोई प्रशंसा नहीं, घर गन्दा पड़ा रहे तो कोई गिला नहीं। बच्चे साफ-सुथरे और सभ्य हैं इस बात की कोई दाद नहीं, यदि वे आवारा और गन्दे फिर रहे हैं तो इनके कान पर जूँ भी नहीं रेंगती। भला ऐसे निर्जीव, भावना हीन और उदासीन व्यक्ति के संग रहने में क्या आनन्द ? मेरा मुँह उदास है तब ये चौंकते नहीं, मैं सजी-धजी चहकती रहूँ तब इन्हें कोई संकेत नहीं मिलता। सोचो तो सही कैसा नीरस जीवन है !

कोई तीज है, त्योहार है, कहीं आना-जाना है, इन्हें कभी प्रोग्राम बनाने का चाव ही नहीं उठता। ऐसे सुहाग को लेकर मैंने क्या करना है ? मैं कोई फरमाइश करूँ तो कह देते हैं कि मोटर हाजिर है, चैकबुक तुम्हारे पास है, मैं कोई रोकता-टोकता थोड़ा हूँ। स्याह करो, सफेद करो, तुम घर की मालकिन हो, किसी बात का अभाव हो तो मुझे बताओ। तुम तो नाहक ही रूठी रहती हो। यह तो बड़ा अन्याय है मुझ पर।

वाह भाई, खूब रही ! सभी पुरुष इसी तरह ही कहते हैं। अरे भले आदमी, धन-दौलत से क्या औरत खुश होती है ? तब तो सब अमीरों की बीवियाँ सुखी ही होंगी,

पर ऐसा नहीं होता। उस दिन मैं एक सेठानी सहेली से मिलने गई। मैंने देखा वह अपने शयनकक्ष की खिड़की में बैठी हुई ध्यान से कुछ देख रही है और रोती जा रही है।

अचानक ही पीछे से जाकर मैंने उसकी यह चोरी पकड़ ली। मेरे बहुत पूछने पर वह बिलख-बिलखकर रोने लगी। जब कुछ जी हल्का हुआ तो धीरे से बोली, "देख रही हो बहन, हमारे पिछवाड़े ये नौकरों के क्वाटर हैं। सामने वाली कोठरी में हमारा सईस और उसकी नवविवाहिता पत्नी रहती है। ये लोग ग़रीब हैं, पर आपस में कितना प्यार है, दुलार है, लाड़-चाव है। कल तीज है न, सो आज सईस अपनी बहू के लिए काँच की चूड़ियाँ, मिस्सी और टिकुली बिंदी लेकर आया है। मैं यही देख रही थी कि किस प्रकार से उसने अपनी बहू के हाथों में चूड़ियाँ पहनाई। गले में गुरिया की माला पहनाकर जब माथे पर टिकुली लगाकर उसने दुलार से अपनी बहू की ठोढ़ी ऊपर उठाई तो लजाकर उसने उसकी ओर ऐसे ताका मानो वह तीन लोक का राज पा गई हो।"

इतने में दासी ने आकर खबर दी कि सेठजी ने एक गंधी को भेजा है कि बहूजी अपनी मन पसन्द का इत्र ले लें। बहूजी ने झुँझलाकर गंधी को लौटा दिया कि हमें इत्र नहीं लेना है। जाओ।

मैंने कहा, "भला ऐसा क्यों किया, बहन ? सेठजी ने बड़े प्यार से इत्र खरीदने की फरमाइश की है।"

सेठानी भारी मन से बोली, "बहन, सेठजी तो यह समझते हैं कि मुझे अपार धन की स्वामिनी बना देने से ही मेरी ओर उनका सब फर्ज पूरा हो गया। उन्हें पता है कि मुझे खस का इत्र पसन्द है, खुद ही यदि एक फोहा इत्र का ले आते तो मैं निहाल न हो जाती ?"

पुरुष स्त्री को ज़िद्दी और नासमझ कहेंगे, पर याद रखें स्त्री अपने प्रेम, सेवा, रूप, प्रयत्नों की दाद चाहती है। जिन स्त्रियों ने पति के जीवन को सफल बनाने के लिए अपना कैरियर बलिदान कर दिया या आर्थिक सुरक्षा बनाए रखने के लिए घर की ज़िम्मेदारी के अतिरिक्त धनोपार्जन में भी पति का साथ दिया, यदि पति उनके प्रयत्नों की प्रशंसा नहीं करता तो वे मानसिक व शारीरिक दोनों रूप से टूट जाती हैं। उनका स्वभाव चिड़-चिड़ा हो जाता है और उनका मन अतृप्ति से कुंठित हो जाता है। उनको सेज-सुख या धन-दौलत किसी से भी प्रसन्नता नहीं होती। मैं अनेक ऐसी स्त्रियों को जानती हूँ जो पति के प्रेमीरूप के अभाव में नीरस जीवन बिता रही हैं।

बात यह है कि पुरुष स्त्री के जीवन का केन्द्रबिन्दु है। उसके आस-पास उसकी आशाएँ, निराशाएँ खिलती और मुरझाती हैं। उसका प्रेम और प्रशंसा पाकर वह स्वयं को तृप्त समझती है, उसमें आत्मविश्वास पैदा हो जाता है। वह स्वयं को न्यौछावर करने, परिवार के लिए जीने की प्रेरणा पाती है, उसे अपना जीवन सार्थक प्रतीत होने लगता है। आप कहेंगे कि पति को भी तो प्रशंसा व सहयोग की ज़रूरत होती है। हाँ, कुछ हद तक यह ठीक है, पर उतनी नहीं जितनी कि एक स्त्री को। क्योंनि पुरुष के कार्य-क्षेत्र का दायरा घर से बाहर है। वहाँ प्रयत्न करने पर उसे अपने मित्रों का सहयोग, अपने अफसर की प्रशंसा, अधीन कर्मचारियों की श्रद्धा और काम में सफल होने पर तरक्की, यश, धन,

सम्मान सभी कुछ मिलता है। इससे उसकी सन्तुष्टि होती है। उसकी दिलचस्पी का दायरा बड़ा है। अपने मनोवेगों को प्रकट करने का उसे अच्छा मौका मिलता है। पर स्त्री अपने गृहस्थी के दायरे में ही फलती-फूलती और अपने प्रयत्नों को सफल होते देखना चाहती है। परिश्रम तो वह भी पुरुष की तरह ही दिन-रात कमर तोड़ करती है, पर प्रशंसा, यश, सामाजिक सफलता या धन के रूप में उसे बराबर कुछ मिलता नहीं। उसका अफसर, स्वामी, हाई कमाण्ड जो कुछ भी कहिए गृहस्वामी ही है। यदि वह उसके परिश्रम का मूल्यांकन नहीं करता तो स्त्री स्वयं को घर की दासी की भावना से अधिक ऊपर नहीं उठा पाती। अपने स्त्रीत्व, मातृत्व की आन के लिए वह पति की बदमिजाजी, झुंझलाहट सब सहती है, लाचारी में चुप रहती है। पर जानते हैं इसका मनोवैज्ञानिक परिणाम बहुत खराब होता है। दाम्पत्यजीवन की सरसता नष्ट हो जाती है। सेज-सुख मारा जाता है।

सेज का आनन्द किरकिरा क्यों ?—जब तक पुरुष स्त्री का मन नहीं जीत सकता, शरीरभोग का कोई आनन्द ही नहीं होता। कवि बायरन के शब्दों में 'प्रेम पुरुष के जीवन का एक अंग है, परन्तु स्त्री के लिए वह पूर्ण जीवन ही है। यदि शयनकक्ष के बाहर आप पत्नी के प्रेमी, प्रशंसक और सहायक नहीं हैं और वह आपकी नज़रों में केवल गृहस्थी की एक व्यवस्था करने वाली मात्र ही है तब तो निश्चय रखें कि आप सेज पर भी न तो उसे आनन्द दे सकते हैं, न उसका सहयोग पा सकते हैं।

मेरी एक सखी ने मुझे बताया कि आज तीन वर्ष से उसने ब्रह्मचर्य धारण किया हुआ है। सखी की उम्र लगभग कोई पैंतीस वर्ष की होगी। पति भी उसका उससे पाँच वर्ष ही बड़ा है। दोनों ही बड़े स्वस्थ और सदाचारी हैं। यह सहेली बड़ी सुरुचिपूर्ण ढंग से पहनती-ओढ़ती है। देखने में बड़ी सुन्दर व स्वस्थ है। इस उम्र में भी बड़ी सुन्दर लगती है। सन्तान भी उनके केवल एक लड़का व एक लड़की है। परिस्थितियों को देखते हुए मुझे उसका ब्रह्मचर्य व्रत लेना कुछ असामयिक-सा लगा। पूछने पर जो कारण उसने बताया, जानकर मुझे अफसोस ही हुआ।

वह बोली, "बहन, क्या रखा है इस सेज-सुख में ? जब पति का स्पर्श प्यारा लगे, उसकी आँखों में प्यार छलके, बातचीत में मन भरे, उसकी संगत में बेफिक्री, उत्साह और शान्ति प्राप्त हो तभी न समर्पण के लिए नारी का अंग-अंग अकुलाता है। मैं देखती हूँ ऋतु में पशु-पक्षी अपने जोड़े के प्रति कितने अनुरक्त रहते हैं, नर रिझा-रिझाकर मादा को मोहित करता है। याने कुदरत हमें यह सिखाती है कि नर यदि नारी से प्रेम व समर्पण चाहे तो प्रार्थी बनकर उसको रिझाए, अधिकारवश प्राप्त न करे। कितने पुरुषों ने नारी की इस प्राकृतिक माँग के अनुरूप व्यवहार करना सीखा है ? हफ्ते में छः दिन पुरुष यदि नारी की उपेक्षा करता रहेगा, उसे कटु वचन बोलेगा, उसकी गृह-व्यवस्था में दोष निकालेगा, बच्चों पर झुंझलाएगा तो क्या वह आशा कर सकता है कि सप्ताहन्त में पत्नी बड़े उल्लास के साथ पति के सेज की साथी बने ? विवाह करके पति पत्नी के शरीर

पर अधिकार प्राप्त चाहे कर ले, परन्तु मन को जीतने के लिए तो ठीक 'अपरोच' होनी ही चाहिए, नहीं तो उनके मिलने के विषय में गुनाह बेलज्जत वाली बात चरितार्थ होगी। बस, बार-बार के इस कटु अनुभव ने मेरी तो मिलन की लालसा और उछाह ही नष्ट कर दिया। जब स्त्री की ओर से वह मिलन की तड़फन, समर्पण का उछाह, एक हो जाने की उत्सुकता नहीं है, तो पुरुष का पुंसत्व शरमाकर रह जाता है। ऐसी परिस्थिति में सेज का मिलन सफल नहीं हो सकता। शारीरिक मिलन प्रेम का आरम्भ नहीं अंत है। जब मन में उल्लास और तड़फन ही नहीं फिर संभोग का कुछ आनन्द ही नहीं; और सार्थकता तो असम्भव ही है।

"बाद में इन्हें अपनी असफलता पर क्रोध आता है, झुँझलाते हैं, मुझे बुरा-भला कहते हैं, बात-बात पर बिगड़ते हैं। मैंने अनेक बार इन्हें समझाया कि आप मुझे दोष क्यों देते हैं? मैं भी युवती हूँ, मेरे मन व शरीर की भी तो भूख है, समर्पण का सुख मैं भी चाहती हूँ, पर करूँ क्या; मन खिलता नहीं तो शरीर रिलैक्स नहीं हो पाता। मन उमंग से लहराता नहीं तो शरीर भी शिथिलता अनुभव करता है। आप अपने व्यवहार को क्यों नहीं बदलते? मैं कोई अनपढ़, अशिक्षित, कुरूप और फूहड़ स्त्री तो हूँ नहीं। मेरे भी अरमान हैं, प्यार-दुलार की भूख है। पर आपका मूड हुआ तो खुशामद के स्वर में बोलेंगे या फिर अधिकार के स्वर में दुत्कारेंगे। मुझे ये दोनों ही ढंग बुरे लगते हैं। आप इन्सानियत के ढंग से पेश आएँ। यह भी कोई बात है कि आप काम की अधिकता, जल्दबाज़ी, बेपरवाही, आवाज़ की कठोरता की ओट में जो चाहें मुझे सुना जायँ। मेरी तो बरदाश्त से बाहर है अब। अपना कर्त्तव्य समझकर मैं आपका घर-बार, बाल-बच्चे सब सँभालूँगी, आपके मिजाज़ की सर्दी-गर्मी भी झेलूँगी, पर इससे अधिक आप मुझसे उम्मीद नहीं कर सकते। मेरे जीवन पर तो एकाकीपन छा गया है, पर मैंने अपनी परिस्थितियों से अब तो समझौता कर लिया है।"

सखी की बात सुनकर मैंने सोचा कि यदि तन का साथी मन का साथी भी हो पाता तो इसकी साध अधूरी तो न रह जाती।

उसे सहयोगी बनाएँ—पुरुष कितना भी व्यस्त क्यों न हो तो भी अपने बाल-बच्चों और पत्नी के संग कुछ क्षण बिताने, उनसे गप्पें लड़ाने के, उनके मनोरंजन में शरीक होने के लिए उसे अवश्य समय निकालना चाहिए। आखिरकार माता-पिता के दाम्पत्य जीवन की सफलता या असफलता की छाप बच्चों पर भी तो पड़ती है। एक लड़का जिस तरह अपने बाप को अपनी माता के प्रति व्यवहार करते देखेगा उसी प्रकार आगे जाकर वह खुद भी अपनी पत्नी से व्यवहार करेगा। एक डाक्टर का पारिवारिक जीवन बड़ा सुखी था। मौके-बेमौके उसे कॉल आती रहती थी, हरदम मरीज़ उसे घेरे रहते थे, परन्तु मैंने उसकी पत्नी को कभी परेशान होते या शिकायत करते नहीं सुना। एक दिन मैंने डाक्टर साहब से उनके दाम्पत्य जीवन की सफलता का रहस्य पूछा। बोले, "मेरे कैरियर की सफलता का सारा श्रेय मेरी पत्नी को ही है। उनका सहयोग यदि न होता तो भला क्या मैं एक

लोकप्रिय डाक्टर बन पाता ? न केवल मेरे सामाजिक जीवन को ही उन्होंने सफल बनाया परन्तु मेरे मरीज़ों की अनेक मनोवैज्ञानिक गुत्थियाँ भी उन्होंने ही सुलझाई हैं। जब मेरे केस दवा देने से ठीक नहीं होते, तब मुझे उनके इलाज का कोई मनोवैज्ञानिक ढंग ढूंढना पड़ता है। इस मामले में मेरी पत्नी ही मदद करती है। घर आकर उनसे मैं अपने मरीज़ों की केस हिस्ट्री बनाता हूँ, उनकी सलाह लेता हूँ। इस तरह काम में भी तो हम एक-दूसरे के सहयोगी हैं। इसलिए अकेलेपन की शिकायत किसी को भी नहीं है।"

हमारे पड़ोस में एक चित्रकार रहता था। शुरू-शुरू में उसकी आर्थिक हालत बड़ी खस्ता थी। कुछ वर्ष बाद जब उसे एक स्कूल में 'ड्राइंग मास्टर' की जगह मिल गई, वह अपने गाँव जाकर शादी कर लाया। उसकी पत्नी गाँव की एक सुडौल और स्वस्थ लड़की थी। गाँव वालों की तरह ओढ़नी, घाघरा और हाथ-पाँवों में कड़े पहनती थी। शहर में आकर उसको पत्नी को अपना पहनावा ज़रा गँवार-सा लगा। पर पति ने कहा, "नहीं,

तुम्हारा पहनावा कलापूर्ण है।" और उसने अपनी पत्नी को पढ़ाया-लिखाया, पर उसकी मौलिकता नष्ट नहीं होने दी। उसको मॉडल बनाकर उसने अनेक चित्र बनाए जिससे उसे काफी पैसा मिला। फिर उसने अपना स्टूडियो खोल लिया। अब उसकी पत्नी एक चतुर गृहिणी है, चार बच्चों की माँ है। परन्तु चित्रकार तो उसे अपनी प्रेमिका, जीवन-दायिनी सहचरी, घर की रानी ही मानता है। उसके लिए फूलों की माला लाएगा। रंग-बिरंगी ओढ़नी और लहँगे उसे पहनाएगा। उसको सुरुचिपूर्ण ढंग से सजना-सँवरना सिखाएगा और फिर चाँदनी रात में अपनी इस अमर प्रेमिका को लेकर सैर के लिए निकलेगा। उसकी स्त्री के भाग्य पर बड़ी-बड़ी सुन्दरियों को ईर्ष्या होती है।

हार में जीत समझें—बहुत से पुरुषों को स्त्री की दुखती नस समझ में नहीं आती। धन-दौलत है, बच्चे है, घर में अधिकार है, सब सुविधाएँ है, फिर भला पत्नी का मुँह क्यों लटका रहता है, यह उनके लिए एक रहस्य ही है। असल में अहं भाव पुरुष को झुकने नहीं देता। गलती करने पर भी उसको स्वीकार करते पुरुष को अपनी हतक महसूस होती है। जो पुरुष नारी स्वभाव को समझते हैं वे स्त्री की कोमल भावनाओं का सहारा

लेते हैं। खुद झुककर नारी को पूर्णरूप से झुका लेते हैं। पर आमतौर पर होता क्या है कि अपनी अनेक विफलताओं का दोष पुरुष स्त्री पर ही मढ़ता है, "बच्चे नालायक हैं, घर में अभाव है, परिजन रुष्ट हैं, सामाजिक जीवन असफल है, घर में कलह मची है, यहाँ तक कि पति का व्यवसाय चौपट हो रहा है, इन सभी बातों के लिए पत्नी ज़िम्मेदार समझी जाती है। उनका कहना है यदि तुम पढ़ी-लिखी और सुयोग्य गृहिणी या भाग्यशालिनी पत्नी हो तो बच्चे लायक बनें, घर की व्यवस्था ठीक हो, रिश्तेदार खुश रहें, सामाजिक जीवन सफल हो, बड़ों-बड़ों तक हमारी पहुँच हो, घर में लक्ष्मी बरसे।"

गृहस्वामी यह भूल जाता है कि बच्चों की नालायकी का कारण पिता का गैर-जिम्मेदारीपूर्ण व्यवहार भी हो सकता है, पत्नी की परिजन या मित्र-मण्डली इसलिए उपेक्षा करती है कि पति ने पत्नी को लेने-देने और गृह-सम्बन्धी नीति में सलाह देने का हक ही नहीं दिया। इसलिए परिजनों की दृष्टि में उसका कुछ महत्त्व ही नहीं रहा। कारोबार में असावधानी व बिना सोचे-समझे पैसा लगाने से यदि घाटे पड़े हैं तो पत्नी का इसमें क्या कसूर? यह तो वह बात हुई कि अच्छा-अच्छा गप्प और कड़ुवा-कड़ुवा थू। जब कोई अच्छी बात हुई तो श्रेय पति ले ले और यदि कोई बात बिगड़ गई तो उसके लिए पत्नी को जिम्मेदार ठहरा दे। यह नीति तो गृहस्थ जीवन को सफल नहीं होने देगी। पति-पत्नी जब एक-दूसरे का हाथ पकड़ते हैं तो मेरा-तेरा की भावना को उन्हें भूल जाना चाहिए। 'हम लोगों से यह ग़लती हो गई, आइन्दा से हम लोग सावधान रहेंगे'; इस प्रकार कहकर बुराई व असफलता को दोनों को स्वीकार करना चाहिए। 'हमारे बच्चे, हमारा घर', 'हमारा जीवन', 'हमारे मित्र' इस प्रकार कहने से साझेदारी का भाव पैदा होता है। यदि पति रक्षक न होकर घर पर डिक्टेटर की तरह शासन करता है तब अफसोस की बात है। यदि पत्नी सेवापरायणा गृहिणी, आदर्श माता, प्रिय अनुचरी न होकर कर्कशा और कलहनी है तब भी घर की शान्ति नष्ट होती है।

पुरुष बलशाली है, परिवार का रक्षक व मालिक है। यदि वह खुद कह दे कि "आह! भूल मेरी ही थी", तो पत्नी यह कहे बिना न रहेगी कि नहीं, "असल में ग़लती मुझसे ही होगई।" आप अपने मतभेदों को बढ़ाएँ मत, खाई को पाटने की कोशिश करें। आखिरकार आप दोनों एक ही ईकाई हैं।

पुरुष को यह न भूलना चाहिए कि स्त्री गृहिणी है, बच्चों की माँ है, मेरी पत्नी है, पर सबसे पहले वह मेरी प्रेमिका है, मैं उसका चिर प्रेमी हूँ। एक प्रेमी की कोमलता, भावुकता और दूरंदेशी के साथ मुझे उसके प्यार के नाज़ो-नखरे झेलने हैं। उसे अपने दिल की रानी बनाकर रखना है। याद रखें, स्त्री का रूप-रंग, यौवन, पति की ज़िन्दादिली पर ही क़ायम रहता है। उसके अभाव में वह युवावस्था में ही मुरझा जाती है। जो पुरुष बातचीत करने में पटु, स्वभाव से रसिक और स्त्री की दिलजोई करना जानते हैं उनकी स्त्री को बुढ़ापे में भी पति कभी अशक्त या असमर्थ नहीं दीखता। यह बात नितान्त सत्य है कि सेज के साथी नहीं अपितु मन के मीत ही सफल जीवन-साथी साबित हो पाते हैं।

उनके बीते वसन्तों की मधुर स्मृति दोनों के चेहरे पर एक ऐसी आभा, ऐसी सन्तुष्टि बिखेर जाती है कि वृद्धावस्था में भी वे ऐतिहासिक खंडहरों के सदृश भव्य और आकर्षक प्रतीत होते हैं।

ऐसी ही एक वृद्धा की बात मुझे याद आई। एक विवाह में वह निमन्त्रित थी। जब वहू उनके पाँव छूने आई तो उन्होंने हँसते हुए कहा, "भगवान करे तेरा जीवन दिन पर दिन मेरे वैवाहिक जीवन की तरह ही खिलता जाय।"

मैंने उत्सुकता से पूछा, "क्यों अम्मा जी, क्या आपको ऐसा प्रतीत होता है कि युवावस्था की अपेक्षा इस आयु में आपका जीवन अधिक पूर्ण और खिला हुआ है?"

बोली, "बेशक, जब मैं एक किशोरी या युवती थी, उस समय से तो अब मैं बहुत खुश हूँ। मेरा जीवन कितना सार्थक रहा। हमारे प्रयत्न सफल हुए, बच्चों को हम पति-पत्नी ने मिलकर संभाला। जीवन की सफलताओं पर हमें खुशी है, असफलता व मुसीबतों का डटकर सामना करने की हिम्मत पर हमें गर्व है। इतना रास्ता हम दोनों एक-दूसरे के सहयोग से किस प्रकार हँसते-खेलते काट आए। आज हमारे बीते जीवन की कहानी गर्व की वस्तु हो गई।"

इतने में उनके पति भी उधर आ गए। दोनों ने मुसकराकर एक-दूसरे के प्रति ऐसे प्यार से देखा कि मानो दो नवविवाहित दूल्हा-दुल्हन खड़े हों। उनके मुख पर जीवन के प्रति आस्था और एक-दूसरे के प्रति प्रेम की चमक थी।

यदि शादी को समझ पाते

[illegible]

उम्र पार करके फिर इन लोगों ने सोचा कि अब विवाह कर लें, पर परखते-परखते और दो-चार साल गुजर गए।

अब तो बाजी हाथ से जाती हुई ही-सी प्रतीत होने लगी। कहीं हम 'बस मिस' न कर दें, यह धक्का मन में समाई। हारकर जब शादी के लिए उतावले हो उठे, 'लाइफ सेटल' होने की ज़रूरत महसूस हुई तो एक-दो आफर सामने आईं, उन्हीं में से एक पसन्द करके इन लोगों ने शादी कर ली।

कुछ दिन बाद इन नवयुवकों की आपबीती सुनकर आश्चर्य हुआ। राम जाने वह ज़िन्दादिली कहाँ चली गई! अब विवाह इनके लिए एक गले पड़ा ढोल बन गया। उकताकर अपने मित्र से कहते हैं, "राम जाने, बीवी चैन से क्यों नहीं रहने देती? सारी कमाई सौंप दी उसे। वह घर की मालकिन है, उसके बाल-बच्चे हैं और क्या चाहिए? शादी एक अच्छी मुसीबत है। औरत को समझना सचमुच में मुश्किल है। मैं तो समझता था कि बस शादी के बाद औरतों के नखरे झेलने से पिंड छूटेगा। अब अपने कॅरियर की ओर ध्यान दूँगा पर···"

कोई आश्चर्य नहीं कि विवाह के बाद ऐसे 'लेडी किलर-मैन' के साथ स्त्री का जीवन असन्तोष से भर जाता है। वे विवाह को प्रेम, रोमान्स, ज़िन्दादिली आदि का 'टरमिनस' समझकर ही वहाँ रुकते हैं। विश्राम के लिए रुका हुआ इंजन भला सवारियों से भरी हुई गाड़ी को कहाँ खींच सकेगा? उसकी तो स्टीम खतम हो चुकी है। यही मनोदशा इन नवयुवकों की होती है। वे थके-हारे नारी के अधिकार और माँग को पूरा करने में असमर्थ होते हैं। उन्होंने तो यह कल्पना करके गृहस्थाश्रम में प्रवेश किया था कि यह तो एक ऐसा विश्राम स्थल है जहाँ बीवी एक आदर्श गृहिणी, कर्त्तव्यपरायणा माता, सदाचारिणी और आज्ञापालन में तत्पर आदर्श पत्नी के रूप में व्यवहार करेगी। वे यह भूल जाते हैं कि पत्नी का भी प्रेमिका रूप है। वह समर्पण पति के प्रेमी रूप को ही करने की इच्छा रखती है, शरीर के स्वामी को नहीं। इस समर्पण को प्राप्त करने के लिए स्त्री के मन का मीत होना ज़रूरी है। पुरुष के जीवन में माँ, बहन, सखी, पत्नी आदि के रूप में नारी बहुत ही महत्त्वपूर्ण पार्ट अदा करती आई है। तब भी पुरुष के लिए नारी रहस्यमयी ही बनी रहती है। और इसी आधार पर पुरुष नारी को समझने की चेष्टा नहीं करता और नारी उपेक्षित होकर, कटुता से भर पुरुष को उपालम्भ देती है, "तुम भला मुझे क्या समझोगे।"

यदि पुरुष धीरता, सहानुभूति से स्त्री को समझने की चेष्टा करे तो स्त्री उसको एक सरल पहेली प्रतीत हो, जिसे सुलझाने में उसे आनन्द मिले। स्त्री सब कुछ देकर, सहकर भी पुरुष की प्रशंसा, सहानुभूति और सहयोग प्राप्त कर सन्तुष्ट हो जाती है। इसकी अपेक्षा यदि पुरुष स्त्री को चाहे नख से लेकर शिख तक सोने से लाद दे, उसके लिए सब तरह की सुख-सुविधा जुटा दे, परन्तु यदि वह नारी के सहयोग और गुणों को नज़रअन्दाज़ कर जाय, तो उसका अहं चोट खा जाता है। स्त्री पुरुष के शरीर की ही नहीं, मन की भी समीपता चाहती है। अपनी एक सहेली की बात सुनाती हूँ।

पिछले साल मेरी एक सहेली मिली। मिलकर बड़ी प्रसन्नता हुई। बातों-बातों में दाम्पत्य जीवन की चर्चा भी छिड़ी। मैंने पूछा, "चन्द्रा, क्या हाल-चाल है? तूने पढ़ाई

समाप्त करके शादी की। तेरी तो लव मैरिज हुई है। कैसी गुज़र रही है ?"

चन्द्रा कुछ ऊपरी हँसी हँसकर बोली, "हमसे तो तुम्हीं अच्छी। दिवा-सपनों में डूबने से पहले ही, यथार्थ की भूमि पर खड़ी होकर, सफलता-असफलता के थपेड़े खाती हुई, कठिन मार्गों से परिचित होती हुई सुर्खरू होकर तो निकल आई। उस छोटी उम्र में स्वभाव में नरमाई थी, लोच थी, अनुरूप ढलने की गुंजाइश थी तो उसी तरह तुमने खुद को बना लिया। पर हम पहले तो दिवा-सपनों में डूबे रहे, पर सपने किसी के भला कब पूरे हुए हैं, बहन ? वे तो नित्य बनाओ, नित अधूरे ही बने रहते हैं ! कितने रंगीन सपने सँजोए थे। उनमें भूली हुई मैंने कितने उत्साह से आत्मसमर्पण किया, अपने को मिटाकर उन्हें पाने की कोशिश की। बाद में निराशा की ठोकर खाकर ऐसे औंधे मुँह गिरी कि अभी तक सँभल नहीं पाई। ऐसा लगता है मानो बहुत दूर निकल आई हूँ, सारा मार्ग शायद आगे अकेले ही काटना पड़ेगा।"

मैंने चौकन्नी होकर पूछा, "अरे, क्या हुआ ? क्या डाइवोर्स का सोच रही है, पगली ?"

वह आँखों में आँसू भरकर बोली, "नहीं, औरत समर्पण एक ही बार करती है, उसके पास दुबारा देने को बचता ही क्या है ? बहन, टूटी हुई औरत क्या कभी फिर पहली-सी जुड़ी है ? तुम औरतों के दिल में झाँककर देखो तो अधिकांशों के दिल चोट खाये हुए, ज़ख्मी, कराहते हुए मिलेंगे। क्या केवल रोटी-कपड़े के लिए औरत इतना त्याग करती है ? असल में, मन के मीत ही मिलने कठिन हैं, शरीर के मीत तो सहज ही मिल जाते हैं। प्रेम पुरुष के लिए जीवन की केवल एक ज़रूरत है, पर स्त्री के लिए तो वह सब कुछ है। स्त्री और पुरुष के दृष्टिकोण का यही अन्तर है।"

मुझे चन्द्रा की बात ने विचारने की प्रेरणा दी। मैंने मनोविज्ञान का सहारा लिया और कहा, "पर बहन, पुरुष की शिकायत भी तो बड़ी ज़बरदस्त है। उसका कहना है कि स्त्री ज़रूरत से ज़्यादा क़ब्ज़ा चाहती है। उसकी माँग दिन पर दिन बढ़ती जाती है। इससे पुरुष तंग आकर उपेक्षा करता है, नहीं तो उसे अन्य कामों के लिए समय ही न रहे। स्त्री को तो घर के दायरे में ही उभरना है, पर पुरुष को बाहरी दुनिया से भी टक्कर लेनी है। वह बड़े-बड़े रस्से तोड़ सकता है, पर धागों की गुत्थियाँ सुलझाने के लिए उसके पास धीरज कहाँ ? अपनी पत्नी से तंग आकर वह अन्य स्त्री के आँचल में शरण ढूँढता है। कुछ समय तक तो वहाँ उसे सुख और शान्ति मिलती है, अन्त में जब वह भी अधिकार जमाना शुरू करती है तब वह दूसरी जगह पनाह माँगता है।"

चन्द्रा बोली, "प्रेम के मामले में पुरुष में लगाव, ममता और गहराई भला कहाँ ? वह तो भौंरा है। रंग, रस और विभिन्नता के लिए एक फूल से दूसरे फूल पर मँडराता है। इससे विवाह की मर्यादा टूटती है। कितने पुरुषों में एक सफल पति, ज़िम्मेदार गृहस्वामी और समझदार बाप होने की योग्यता होती है ? असल में बात यह है कि वे इस योग्यता को प्राप्त करने की चेष्टा ही नहीं करते। पत्नी को बहलाए रखना भी तो

एक खूबी है। यदि प्रत्येक प्रेमी इसमें सफल हो सकता है तब पति क्यों नहीं हो सकता ?"

मैंने कहा, "इसका कारण यह है कि पति अपनी पत्नी के प्रेमिका रूप को भूल जाता है। विवाह के बाद अधिकांश दम्पतियों का तो यह हाल है कि 'भूल गया राग-रंग भूल गई छकड़ी, तीन बात याद रहीं, नोन, तेल, लकड़ी।'

चन्द्रा मुझसे सहमत नहीं थी। बोली, "नहीं, ऐसा नहीं है। समझदार पुरुष एक सफल पति और अमर प्रेमी भी होते हैं। मेरी रजना चाची की तो तुम्हें याद होगी। इस समय उनकी पचास वर्ष की उम्र है। चार बच्चों की माँ हैं। अब भी ऐसी लगती हैं मानो 30-32 वर्ष की हों। उनका एक भी बाल सफेद नहीं है। इतनी खुशमिजाज और जिन्दादिल कि युवतियों को मात करती हैं। और सास-ससुर, ननद आदि ने कितना उन्हें सताया मगर वह सब लिखा जाय तो एक पोथा बन जाय। पर धन्य हैं हमारे चाचा। उन्होंने चाची को हमेशा ऐसी प्रेरणा दी, ऐसा आत्मविश्वास उनके मन में भरा कि वह सोने की तरह आग में तपती चली गई। वह सब दुखों को एक वीरांगना की तरह झेल गईं। और अपनी इस परीक्षा में सुरखरू होकर निकलने का उन्हें बड़ा गौरव है। वह कहती हैं कि मैंने परिस्थितियों की ललकार को स्वीकार किया। जीवन हारने की बाजी नहीं है। कोई मजबूती से मेरा हाथ थामे हुए है, इसी विश्वास ने उन्हें डूबने नहीं दिया। अभाव और कठिनाइयों में उन्होंने अपना घर बसाया। अभी पिछले महीने मैं उनसे मिली। मैंने चाचाजी से पूछा, चाचीजी ने आपके पीछे इतना कुछ सहा और फिर भी उनके मन में कटुता नहीं आई, इसका क्या रहस्य है ?"

वह बोले, "बेटी, औरत में सहनशक्ति, धीरता, क्षमाशीलता पुरुष से लाख गुणा अधिक है। मैंने तेरी चाची के इन गुणों को पहचाना। उसके त्याग की प्रशंसा की, उसके सहयोग की भीख माँगी, उसको अपने से श्रेष्ठ समझा, सच्चे अर्थ में उसे सखी रूप में स्वीकार किया। नतीजा यह हुआ उसने गृहकलह की आँच मुझ पर नहीं आने दी। सब कुछ चुपचाप सहा, केवल मेरे उस आश्वासन पर कि मैं उसके त्याग की कद्र करता हूँ, उसका मूल्य समझता हूँ और बुरे दिनों के चक्कर में से निकलकर हम दोनों एक-दूसरे के जीवन की कमियों को पूरा करते हुए आगे बढ़ेंगे। उसकी ही समर्थता थी जो हम उभर गए। मेरा तो यह गुरुमंत्र है कि चाहे पुरुष स्त्री की कुछ सहायता न भी कर सके, पर उससे हमदर्दी करना न छोड़े। उसके गुणों की हमेशा प्रशंसा करता रहे। स्त्री पुरुष को पूर्णरूप से पाना चाहती है। उसके इस दावे से पुरुष को घबराना नहीं चाहिए। पुरुष यदि स्त्री के इस विश्वास को कि 'मुझे कोई चाहता है मेरी सेवाओं से किसी को सन्तुष्टि है, कोई मुझ पर निर्भर है, मैं किसी के सुनहले सपनों की रानी हूँ', बनाये रखने में सफल होता है तो वह बहुत कम देता हुआ भी स्त्री को सन्तुष्ट रखने में सफल होता है।"

चाचाजी की इसी नीतिपटुता में उनके पारिवारिक जीवन की सफलता छिपी है। राजनीति की तरह ही गृहनीति में पटु हुए बिना पुरुष नारी का मन नहीं जीत सकता। मैंने कई धनिकों की स्त्रियों को तिरस्कृत होकर बिलखते देखा है। वे गरीब मजदूरिन

को अपने से अधिक सौभाग्यशालिनी समझती है। उनका कहना है कि कम से कम यह मजदूरिन अपने पति की सच्चे अर्थ में सहचरी तो है। उसे घर, बच्चों, कमाई आदि के विषय में अपनी राय जाहिर करने का अधिकार तो है। कई घर ऐसे भी हैं जहाँ पत्नी पति से सूरत-शक्ल और गुणों में श्रेष्ठ है। पति इस बात को स्वीकार करने की अपेक्षा हीनता की भावना से भरकर पत्नी के पीहरवालों की कमियों की आलोचना करता है। कहीं उसके बनाव-शृंगार की हँसी उड़ाता है कभी उसकी योग्यता या विद्वता को परखता है।

हमारे पड़ोस में एक डाक्टर रहते थे। उन्होंने एक नर्स से शादी कर ली थी। नर्स किसी अस्पताल में नौकर थी। पति प्राइवेट प्रैक्टिस करते थे। डाक्टर साहब सोशल बिलकुल नहीं थे। समाज में बातचीत करने में बड़े झेंपते थे। इस कारण मरीजों को भी प्रभावित नहीं कर पाते थे। नतीजा यह हुआ कि उनकी प्रैक्टिस नहीं चली। उनकी पत्नी अपने काम में भी होशियार थी और कमाती भी अच्छा थी। उनके दो बच्चे थे। पत्नी घरबार की देखभाल भी करती, बच्चों की पढ़ाई-लिखाई भी देखती और घर का खर्चा भी चलाती। पति जो थोड़ा-बहुत कमाता था, अपनी वेशभूषा और मोटर पर खर्च देता था। पत्नी यदि पति को पैक्टिस बढ़ाने के मामले में कुछ सुझाव देती तो पति चिढ़कर कह देता, "बस, मेरे मामले में तुम्हें बोलने का कोई अधिकार नहीं। मैं अपना

खर्चा खुद उठाने की योग्यता रखता हूँ। अपने लिए तुमसे माँगने नहीं आता।"

पत्नी ने कहा, "बच्चे और पत्नी की जिम्मेदारी व घर का खर्च आदि सँभालना भी तो पति का ही फर्ज है। सभी पुरुष सँभालते हैं परिवार की जिम्मेदारी। यदि आप अपनी इस जिम्मेदारी को समझें तो तरक्की करने की प्रेरणा भी आपको मिले। 'मैं अपने लायक बहुतेरा कमा लेता हूँ'—आपकी यह दलील तो कुछ ठीक नहीं लगती। बच्चे मैं पल्ले में बाँधकर तो लाई नहीं थी! ये भी तो आपके ही है।"

डाक्टर साहब पत्नी का यह सत्य-कटु सुनकर आगबबूला हो गए। घर में खूब महाभारत मचा। बिना खाना खाए घर से चले गए। शाम को मैं उनकी पत्नी को जब सान्त्वना देने गई तो वह रोकर बोली, "बहन, क्या बताऊँ? दिनभर मरती-खपती हूँ। अपना सुख-अरमान सब कुचल डाले, पैसा-पैसा जोड़-जोड़कर घर बसाया, बच्चों को अच्छे स्कूलों में भेजा। जो कमाती हूँ सब जाइन्ट एकाउंट में जमा होता है। पर मेरे सब किए-कराए पर यह ऐसी जली-कटी सुनाकर पानी फेर देते है। कभी मरीज की हालत खराब हो तो मुझे रात को भी ड्यूटी देनी पड़ती है, फिर तो इनका पारा ऐसा चढ़ता है कि पूछो मत। मेरी गैरहाजिरी में बच्चों की देखभाल करनी तो दूर रही, उन्ही पर झुँझलाते रहते हैं। जब मैं कुछ रोकती-टोकती हूँ तो कहते हैं, 'तुमने बच्चों को सिर चढ़ाया हुआ है। वे मुझे निकम्मा समझते है।' मैं बोली, बच्चे तो प्यार के भूखे है, आप उनमें दिलचस्पी लें, उनकी पढ़ाई और खेल में सहयोग दें, देखिए वे आपकी कितनी इज्जत करेंगे। जब वे यह देखते हैं कि सब जिम्मेदारी माँ पर है, माँ ही हमारी जरूरतें पूरी करती है, हमारी बुराई-भलाई की फिक्र माँ को ही है तब वे माँ को अधिक महत्त्व देते हैं। इसमे मेरा क्या कसूर है? उल्टा आप उनके सामने मुझे जब डाँटते हैं तो वे आपके प्रति कटु हो जाते हैं।' रात-बिरात को मुझे जाना पड़ता है, पानी बरसे चाहे सर्दी हो, पर डॉक्टर साहब यह कभी नहीं कहते कि चलो, तुम्हें छोड़ आऊँ या ले आऊँ। मैं लोकलाज के मारे जितना दबती हूँ, उतना ही यह शेर होते जाते हैं। सच कहती हूँ बहन जिन्दगी से तंग आ गई हूँ। इन बच्चों के मारे सब सह रही हूँ। कभी-कभी तो मुझे इनकी नादानी पर भी बड़ा तरस आता है। लोग इन्हें ठग लेते हैं। रिश्तेदारों ने भी इनके संग जायदाद के मामले में बड़ा अन्याय किया। सोचती हूँ यदि मैं भी साथ छोड़ दूँगी तो यह बेसहारा हो जाएँगे।"

मौका देखकर मैंने कहा, "बहन, डॉक्टर साहब बड़े शरीफ व नेक हैं। नेकी का बदला भगवान ने इन्हें दिया, तभी न तुम्हारी-जैसी चतुर और उदार पत्नी इन्हें मिली।"

आँसू पोंछती हुई वह बोली, "मैं परिवार व बच्चों के लिए करती हूँ, इसमें मुझे खुशी है। मुझे सन्तोष है कि परिवार की उन्नति में सहयोग दे सकी हूँ। मुझे तो न जेवरों का शौक है, न कपड़ों का। अपनी सादगी में ही मस्त हूँ। पर कसक इस बात की है कि मेरा किया किसी ने न जाना। कम से कम मेरे सहयोग की सराहना तो करें। कुछ मीठे शब्द प्रेरणा के तो कहें। प्रत्येक पत्नी पति के कैरियर बनाने में सहयोग देती है। मामूली-मामूली डॉक्टर जो इनके बाद

तो साल में चार-पाँच महीने छुट्टियाँ ही रहती हैं। बीच-बीच में हम लोग आ जाया करेंगे।"

पत्नी के ये सुझाव पति को पसन्द नहीं आए। और जैसे ही बच्चों की सालाना परीक्षा समाप्त हुई उनकी पत्नी को डेरा-डंडा उठाकर बम्बई आना पड़ा। बड़ी मुश्किलों से दो कमरे का फ्लैट उन्हें किसी घनी आबादी में मिला। लड़की को उस साल दाखिला नहीं मिला। लड़का बनारस में कान्वेंट में पढ़ता था, यहाँ आकर उसे एक मराठी स्कूल में दाखिला मिला, वह भी एक क्लास नीचे। दो-तीन साल तो पत्नी व बच्चों ने वहाँ बड़ी मुसीबतें उठाईं। सुषमा बड़ी समझदार थी। उसने परिस्थितियों से सुलह कर ली। घर-गृहस्थी को सँभालने में जी लगाया।

पिछले साल जब मैं बम्बई गई तो सुषमा से मिली। मैंने महसूस किया कि अब पहले जैसी जिन्दादिली का उसमें पूर्णतः अभाव था। यह घर-गृहस्थी और बाल-बच्चों का बोझ तो सँभाले हुए थी, पर वह उल्लास और चाव उसमें न था। मैं पूछ ही तो बैठी, "क्यों सुषमा, क्या बात है? कुछ उखड़ी-उखड़ी-सी दीख रही हो?

पहले तो वह टालमटोल करती रही, फिर बोली, "बहन, औरत की जात शरीर से इतनी नहीं जितनी मन से नाजुक होती है। वह परिवार के दायरे में यदि बन्द कर दी जाती है तो प्रेम, प्रशंसा और प्रेरणा के बिना जल्द मुरझा जाती है। देखो, पहले जब मैं बनारस में काम करती थी मुझे लड़कियों को पढ़ाने, उनके संग हेल-मेल बढ़ाने, उनको प्रेरणा देने में एक आत्मतुष्टि का अनुभव होता था। उन कन्याओं की सफलता में अपनी योग्यता और परिश्रम साकार होता प्रतीत होता था। उतना सब करके घर-बार व बच्चे भी सँभाल ही लेती थी। उस समय पति मुझे घर के कामों में हाथ भी बँटा देते थे। बच्चों में भी दिलचस्पी लेते थे। और हम दोनों भी शाम को साथ घूम आते थे। पर अब मैं अपना सारा समय बच्चों की देखभाल और घर सँभालने में लगाती हूँ और मेरी दिलचस्पी व प्यार पति व बच्चों तक सीमित रह गया है क्योंकि नौकरी छोड़कर मैंने तो अपना कैरियर खत्म ही कर दिया। अब देखो यहाँ की एक तो आबोहवा बच्चों को माफिक नहीं आती। खर्च और मँहगाई यहाँ अधिक है। अब चाहे वह 1200 रुपये तनख्वाह पाते हैं पर न तो कुछ बचत हो पाती है और बनारस में जो घर बगीचा, नौकर आदि की सुविधा थी वह भी नहीं रही। क्या लाभ हुआ यहाँ आकर?"

मैंने कहा, "पर श्यामलालजी की उन्नति तो हो गई। आगे के लिए भी 'स्कोप' अच्छा है।"

सुषमा एक फीकी-सी हँसी हँसकर बोली, "हाँ, सो तो ठीक है। पर उससे पारिवारिक जीवन की खुशी तो नहीं बढ़ पाई। पुरुष तो केवल अपने कैरियर की ही सोचता है। स्त्री के जीवन में भी घर-परिवार के अतिरिक्त कुछ और दिलचस्पी, कुछ ध्येय होता है। अब वह जमाना लद गया कि औरत सिर्फ चूल्हा-चक्की लेकर सारी जिन्दगी काट दे।"

मैंने टोककर कहा, "पर स्त्री के लिए मुख्य कैरियर तो गृहस्थी के जीवन को सफल बनाना ही है।"

इस मोहल्ले में आए, गुप्त कथा ... है, यह उनसे अधिक पढ़े-लिखे हैं पर यह अपनी तरक्की करने या मेल-जोल बढ़ाने की कुछ कोशिश ही नहीं करते। मैंने इनसे कहा कि चलो, अमीरों से तुम्हें चिढ़ है, मजदूरों में ही सेवा का काम हर शनिवार को दो घंटे किया करो। लोकप्रियता हो गई तो आमदनी भी बाद में होने लगेगी। नहीं भी हुई तो कम से कम यह सन्तोष तो होगा ही कि सेवा का काम कर रहे हो। चिढ़कर बोले—'बस, बस, रखो अपनी सलाह अपने पास। तुमसे ज्यादा पता है। मैं और डाक्टरों की तरह ढोंग रचना या नेता बनकर लोगों को ठगना ठीक नहीं समझता।' अब बताओ बहन, कैसे गुजारा हो इनके साथ ? स्त्री का नाता सखी और सलाहकार का है। यह तो मेरी कोई सलाह ही नहीं मानते। 'कमाऊ औरतें घमंडी होती हैं, ये पति को कुछ समझती ही नहीं' आदि व्यंग्य कसते रहते हैं। कहीं अखबार में या पुस्तक में किसी स्त्री की दुश्चरित्रता की कहानी पढ़ लेंगे, सारी स्त्री जाति पर लांछन लगाएँगे। इनसे क्या बातचीत करूँ ? मेरी हर बात को काटते हैं। मेरी बात सही होते हुए भी इन्हें स्वीकार नहीं है। पूरी बात सुनेंगे बाद में, खंडन पहले करेंगे। इनकी इस मानसिक अपरिपक्वता पर कभी-कभी मुझे बड़ी लज्जा आती है। अब बच्चे बड़े हो गए हैं, वे भी इनकी इस कमी को महसूस करने लगे हैं। पर इनका कहना है कि तेरे व्यवहार के कारण मैं बच्चों की नजरों में जलील हुआ हूँ। अब मेरे से तुम लोगों का कोई मतलब नहीं। आपस में एक-दूसरे से निबटो। मेरे कलेजे को ठंडक तो तब पड़ेगी जब बच्चे तुझे खरी-खोटी सुनाएँगे। बहन बच्चे भी माँ को निःसहाय व अकेला पाकर दबाते हैं। मैं तो दो पाटों के बीच में आ गई हूँ। घर की अशान्ति से ऊबकर लड़के इस कोशिश में है कि जितनी जल्दी अपने पाँव पर खड़े हो जाएँ ठीक है। एक-दो साल की बात है, वे अपने में मस्त रहेंगे। लड़की एक है, उसकी शादी कर दी है। एक मैं रह गई जिसका कहीं ठिकाना नहीं।"

उपरोक्त बहन सचमुच में हमारी सहानुभूति की पात्र है। दुख की बात है कि डाक्टर साहब इतने पढ़े-लिखे और सज्जन होते हुए भी इस नारी रत्न की कद्र नहीं कर सके।

एक और बहन का किस्सा सुनाती हूँ। नाम है सुषमा। एम० ए० पास है। इनके पति श्यामलाल चार्टेड अकाउण्टेंट हैं। पहले वह बनारस में प्रैक्टिस करते थे। सुषमा वहाँ गर्ल्स कालिज में प्रोफेसर थी। सात-आठ साल में श्यामलाल जी की प्रैक्टिस कुल 300 रु० मासिक तक पहुँची। सुषमा की तनखाह 350 रुपये थी। खैर घर-गृहस्थी मज़े में चल रही थी। दो बच्चे थे, पति-पत्नी दोनों ही गृहस्थी व बच्चों में दिलचस्पी लेते थे। इसी बीच में सुषमा के पिताजी के प्रयत्नों से श्यामलालजी को बम्बई में किसी फर्म में 800 रुपए की नौकरी मिल गई। तब उन्होंने चाहा कि पत्नी काम छोड़कर उनके साथ चले। सुषमा बोली, "यहाँ बनारस में घर जमा हुआ है। बच्चों की पढ़ाई हो रही है। अभी तुम्हारा नया-नया काम है। बम्बई में घर और बच्चों का स्कूल में दाखिला मिलना आदि इतना सरल नहीं है। यहाँ से सोच-समझकर डेरा-डंडा उठाना ठीक होगा। मुझे

तो साल में चार-पाँच महीने छुट्टियाँ ही रहती हैं। बीच-बीच में हम लोग आ जाया करेंगे।"

पत्नी के ये सुझाव पति को पसन्द नहीं आए। और जैसे ही बच्चों की सालाना परीक्षा समाप्त हुई उसकी पत्नी को डेरा-डंडा उठाकर बम्बई आना पड़ा। बड़ी मुश्किलों से दो कमरे का फ्लैट उन्हें किसी घनी आबादी में मिला। लड़की को उस साल दाखिला नहीं मिला। लड़का बनारस में कान्वेंट में पढ़ता था, यहाँ आकर उसे एक मराठी स्कूल में दाखिला मिला, वह भी एक मकान नीचे। दो-तीन साल तो पत्नी व बच्चों ने वहाँ बड़ी मुसीबतें उठाईं। सुषमा बड़ी समझदार थी। उसने परिस्थितियों से सुलह कर ली। घर-गृहस्थी को सँभालने में जी लगाया।

पिछले साल जब मैं बम्बई गई तो सुषमा से मिली। मैंने महसूस किया कि अब पहले-जैसी जिन्दादिली का उसमें पूर्णतः अभाव था। वह घर-गृहस्थी और बाल-बच्चों का बोझ तो सँभाले हुए थी, पर वह उल्लास और चाव उसमें न था। मैं पूछ ही तो बैठी, "क्यों सुषमा, क्या बात है? कुछ उखड़ी-उखड़ी-सी दीख रही हो?"

पहले तो वह टालमटोल करती रही, फिर बोली, "बहन, औरत की जात शरीर से इतनी नहीं जितनी मन से नाजुक होती है। वह परिवार के दायरे में यदि बन्द कर दी जाती है तो प्रेम, प्रशंसा और प्रेरणा के बिना जल्द मुरझा जाती है। देखो, पहले जब मैं बनारस में काम करती थी मुझे लड़कियों को पढ़ाने, उनके संग हेल-मेल बढ़ाने, उनको प्रेरणा देने में एक आत्मतुष्टि का अनुभव होता था। उन कन्याओं की सफलता में अपनी योग्यता और परिश्रम साकार होता प्रतीत होता था। उतना सब करके घर-बार व बच्चे भी सँभाल ही लेती थी। उस समय पति मुझे घर के कामों में हाथ भी बँटा देते थे। बच्चों में भी दिलचस्पी लेते थे। और हम दोनों भी शाम को साथ घूम जाते थे। पर अब मैं अपना सारा समय बच्चों की देखभाल और घर सँभालने में लगाती हूँ और मेरी दिलचस्पी व प्यार पति व बच्चों तक सीमित रह गया है क्योंकि नौकरी छोड़कर मैंने तो अपना कैरियर खत्म ही कर दिया। अब देखो यहाँ की एक तो आबोहवा बच्चों को माफिक नहीं आती। खर्चा और मँहगाई यहाँ अधिक है। अब चाहे वह 1200 रुपये तनख्वाह पाते हैं पर न तो कुछ बचत हो पाती है और बनारस में जो घर बगीचा, नौकर आदि की सुविधा थी वह भी नहीं रही। क्या लाभ हुआ यहाँ आकर?"

मैंने कहा, "पर श्यामलालजी की उन्नति तो हो गई। आगे के लिए भी 'स्कोप' अच्छा है।"

सुषमा एक फीकी-सी हँसी हँसकर बोली, "हाँ, सो तो ठीक है। पर उससे पारिवारिक जीवन की खुशी तो नहीं बढ़ पाई। पुरुष तो केवल अपने कैरियर की ही सोचता है। स्त्री के जीवन में भी घर-परिवार के अतिरिक्त कुछ और दिलचस्पी, कुछ ध्येय होता है। अब वह जमाना लद गया कि औरत सिर्फ चूल्हा-चक्की लेकर सारी जिन्दगी काट दे।"

मैंने टोककर कहा, "पर स्त्री के लिए मुख्य कैरियर तो गृहस्थी के जीवन को सफल बनाना ही है।"

सुषमा, "हाँ, पर यदि स्त्री तन, मन, धन लगाकर पारिवारिक जीवन को सफल बनाती है, तो उसका श्रेय भी तो उसे मिलना चाहिए। पर पुरुष तो सब सेवाओं को अधिकार समझकर स्वीकार करता है। इनके दोस्त मेरे घर की साफ-सुथराई, भोजन और बच्चों की सार-संभाल की प्रशंसा करते हैं, पर इन्हें तो मेरी प्रबन्ध-व्यवस्था में कोई विशेषता ही नहीं दिखती। हमारे पड़ोस में एक वकील साहब हैं। उनकी पत्नी एक साधारण महिला है। पर वकील साहब को देखो यदि पत्नी घर में एक गुलदस्ता भी सजा दे, बगीचे में चार नए पौधे भी लगा दे या अपने हाथ से नाश्ते के लिए कोई मिठाई बना दे तो वकील साहब प्रशंसा करते अघाते नहीं। उनका लड़का दूसरी कक्षा में फर्स्ट पोजीशन ले आया। वकील साहब ने बच्चे को शाबाशी दी तो साथ और कहा, "जाओ, मुन्नु माँ के पाँव छुओ। उन्होंने तुम्हें पढ़ाया तब जाकर इतनी अच्छी पोजीशन क्लास में तुम्हारी आई।

"बहन, कहने को ये सब बातें मामूली हैं, पर स्त्री को इनसे कितनी प्रसन्नता होती है। यहाँ तो यह हाल है कि यदि मेरी तबीयत अनमनी भी हो तो बच्चे चाहे पूछ लेंगे कि माँ, क्या आज तबीयत खराब है? तुम आराम करो, हम चाय बना देंगे। पर इनके पिता जी तो अपनी शान के खिलाफ़ समझते हैं, कुछ हमदर्दी दिखाना। इससे मेरे मन में रंजिश होती है। फिर मैं दो-चार दिन तक चुप्पी मारे रहती हूँ। बस, फिर अपनी चिढ़ मिटाने के लिए वह लड़ने का बहाना ढूंढकर कहेंगे, 'मेरी इस पेंट में बटन नहीं है। टाई की इस्तरी ठीक से नहीं हुई। मेज की चादर क्यों गन्दी है? मुन्नू अभी तक खेलकर घर क्यों नहीं आया? खाना ठीक नहीं बना;' आदि बहाने निकालकर ऐसा बिगड़ेंगे कि क्या कहूँ। कभी-कभी तो मैं अपनी इस जिन्दगी से बड़ी ऊब जाती हूँ। बस, जी रही हूँ कर्त्तव्य समझकर।"

मैंने पूछा, "क्या बनारस में भी इनका ऐसा ही व्यवहार था?"

वह बोली, "नहीं, एक तो मैं कालिज और घर में व्यस्त रहती थी। काम करने का चाव पूरा होता व लोगों से मिलना-जुलना रहता था। यह भी समझते थे कि यह बहुत व्यस्त रहती है। पर अब तो यह अपनी कमाई और अधिकार की धौंस जमाते रहते हैं, मानो मैं घर में दिनभर खाली ही रहती हूँ। अब मेरी कुछ उपयोगिता ही नहीं रही। जब मैं इनसे कभी अपनी नौकरी छोड़ने की या बनारस में जो सुख-सुविधा थी, उसकी कभी चर्चा करूँ तब तो यह ऐसा बिगड़ते हैं कि बस पूछो मत। अब तो बस मैं अपने मन को ही समझाती रहती हूँ कि किसी दूसरे पर तो वश नहीं, अपने पर तो है। इसलिए कोशिश करती हूँ कि मन को ही काबू में रखूँ, सुख-दुःख में समभाव बनाए रहूँ। जब कभी मन बहुत घबरा उठता है तो पूजाघर में जाकर बैठ जाती हूँ। भजन करती हूँ, कुछ देर रो लेती हूँ तो मन हलका हो जाता है।"

छोटी-सी माँग—अब आप ही सोचिए कि पुरुष की हठधर्मी के कारण यह कैसी ·चनीय परिस्थिति उत्पन्न हो गई है। एक कर्त्तव्यपरायणा गृहिणी, एक आदर्श माता, क सच्ची सहचरी का जीवन कसकते हुए, कराहते हुए बीत रहा है; जबकि उसकी

माँग केवल इतनी है कि पति, जिसको खुश करने के लिए मैं दिनभर इतना परिश्रम करती हूँ, प्रशंसा के दो शब्द कहें, गौरव और प्रेम का भाव लेकर मेरी ओर ताकें, एक प्रेरणा-भरी थपकी मुझे दें और यह कहें कि, रानी, दिनभर का थका हुआ जब घर आता हूँ तो इस सुखद वातावरण में मेरी सारी थकान दूर हो जाती है, मैं सब चिन्ताएँ भूल जाता हूँ। कितना पूर्ण हुआ हूँ मैं तुझे पाकर।"

पुरुषों को मेरी सलाह है कि वे चेतें। यदि सदाचारिणी, कर्तव्यपरायणा महिलाओं की उपेक्षा वे करेंगे तो उनकी बेटियाँ अपने पिता के इस दुर्व्यवहार से चौकन्नी हो जाएँगी। वे आने वाली पुरुष पीढ़ी की ओर कटुता रखेंगी। अपनी नेक माँ को उन्होंने कुचले जाते, कराहते हुए देखा है। उन्होंने अपनी माँ को ललकारा है कि 'राम जाने माँ, तुम यह सब अत्याचार कैसे सहती हो? हमसे कोई ऐसा दुर्व्यवहार करने का साहस करे तो अच्छा मज़ा चखा दें। जीवन इस प्रकार रो-पीटकर काटना क्या उचित है? स्त्री क्या ढोर है, जो मूक जानवर की तरह चुपचाप सब सहती रहे? हम तो अपने जीवनसाथी को ठीक ठिकाने लगा देंगे, यदि उसने हमसे ऐसा व्यवहार किया।'

और कोई सन्देह नहीं कि इन कन्याओं का व्यवहार एक प्रतिक्रिया के रूप में हो, जिसका हेतु बचपन में पिता का माता के प्रति व्यवहार ही होगा। इस प्रकार एक परिवार

पुरुष यदि केवल शारीरिक वल के भरोसे स्त्री को जीतना चाहेगा तो वह नारी का

केवल शरीर का साथी बनकर ही रह जाएगा, मन का मीत नहीं बन सकेगा। उसका मिलन पत्नी की आत्मा को नहीं छू सकेगा। पुरुष की शक्ति स्त्री की व्यवहार बुद्धि व 'इंसटिंक्ट' के आगे हार मान जाएगी। पत्नी एक सहचरी और सखी के नाते पुरुष को उनके मित्र, साझेदार या रिश्तेदारों के छल-प्रपंच के प्रति समय रहते चेतावनी देती हुई कहती है, "अजी, तुम उन पर बहुत भरोसा करते हो। पर देख लेना तुम्हें बेवकूफ बनाकर धोखा देंगे।"

यह सुनकर पुरुष का आत्मविश्वास फुंफकारता है। वह स्त्री की उपेक्षा करता है। और जब वह सचमुच में धोखा खा जाता है तब स्त्री उस समय अपनी विजय का अनुभव कर, व्यंग्य कसने में पीछे नहीं हटती। पुरुष उसे डपटकर चुप कराने की चेष्टा करता है। अधिकार से अधा होकर कहता है, "तू कौन होती है बीच में बोलने वाली ? मेरी कमाई है, मेरा घर है, चाहे जो करूं—उजाड़ूं या रखूं।"

उस समय पत्नी सोचती है—'तो क्या मैं इस घर की कोई नहीं हूं ? दूध की मक्खी की तरह पुरुष जब चाहे मुझे निकाल कर फेंक देगा।' वह फनफनाती है, रोती है, कलपती और बिगड़ती है और रो-धोकर शान्त हो जाती है। वह रात्रि के बाद प्रातःकाल के सूर्य की तरह फिर नवीन होकर चमकती है पर पुरुष वह अनुभव की चोट को जल्द नहीं भुला पाता।

इसका एक ही प्रतिकार है कि पुरुष अपनी असफलता, गलती और कठोरता को स्वीकार करे और नारी के आंचल में शरण पाने में लज्जा अनुभव न करे। स्त्री को लेने की अपेक्षा देने में ही अधिक सन्तुष्टि होती है। वह पति के प्रति भी मां की तरह द्रवित व ममतालु हो जाती है, यदि पति एक अबोध बच्चे की तरह उसके आंचल में शरण मांगता है। ताज्जुब है पुरुष स्त्री के इस वरदायिनी मातृ-रूप को पुरुषत्व के अहंकार से अंधा हुआ नहीं समझ पाता। ऐसी अनेक प्रेमिकाओं और पत्नियों के दृष्टान्त आपको मिल जाएंगे जहां पुरुष को बचाने के लिए उन्होंने बड़े से बड़े अपराध, बदनामी और असफलता की जिम्मेदारी को अपने सिर ओढ़ लिया। वे खुद मटियामेट हो गईं, समाज की नजरों में गिर गईं, यहां तक की अन्त में उनके प्रेमी या रक्षक पति ने भी परिस्थितियों की ओट में उनका साथ छोड़ दिया।

जमाना बदल रहा है। समाज की आचरण और धर्म सम्बन्धी धारणाएं भी तीव्रता से बदल रही हैं। अब नारी को पांव की जूती या दासी समझना भूल होगा। शिक्षा ने उनकी आंखें खोल दी हैं। समाज ने उन्हें इज्जत के साथ जीने का अधिकार दिया है। अब शासक और शासित की भावना मिटकर रहेगी। निम्न वर्ग में तो पुरुष और स्त्री मिलकर ही कमाते हैं। वहां आर्थिक रूप से स्त्री आत्मनिर्भर ही होती है। केवल संस्कारों के वश स्त्री निम्न वर्ग में दबी हुई है। पर मध्यम वर्ग में भी जो स्त्रियां शिक्षित हैं वे अब कई बातों में आत्मनिर्भर हो चली हैं। ऐसी परिस्थिति में पुरुष को अपना रुख उनके प्रति बदलना होगा। उसे स्त्री के नारी रूप को समझकर उसकी रुचि और मांग का अध्ययन कर

सही ढंग की पहुँच करनी होगी और साथ ही उसकी बुद्धिमता तथा होशियारी की दाद भी देनी होगी।

आधुनिकता ने नारी के नारीत्व को नहीं बदला है। वह मूल रूप से कोमल, भीरु, ममतालु और भोली है। उसे समर्पण में, देने में, सेवा में सुख मिलता है। पुरुष को रिझाने में उसे आनन्द आता है। हो सकता है कि अपने प्रेम और आकर्षण का प्रदर्शन करने का उसका ढंग अब नया हो। पुरुष अपनी कल्पना की आदर्श नारी की तसवीर अपनी पत्नी में नहीं पाता तो उसे निराशा होती है। पुरुष को इस बात की परख तो चुनाव के समय ही करनी चाहिए। यदि कोई पुरुष भीरु, लज्जालु, पुरुष पर निर्भर रहने वाली संकोची नारी को एक आदर्श नारी समझता है तो उसको किसी फार्वर्ड ढंग की आधुनिक विचारधारा वाली कन्या को अपनी सहचरी बनाने की भूल नहीं करनी चाहिए। राकेश गीता के रूप-रंग पर रीझा, उसे गीता की आत्मनिर्भरता की बातें बच्चों का खिलवाड़-सी लगीं। गीता भोली थी, बच्ची थी, खिलवाड़ी प्रकृति की थी। विवाह के बाद राकेश ने गीता के सुख-सुविधा की सभी व्यवस्था कर दी। वह गीता को छः महीने पहाड़ पर रखता मानो वह कोई फूल हो, जो गर्म हवा में मुरझा जाएगा। उसके विचार में उसका मनोरंजन करने के लिए गीता एक सुन्दर गुड़िया थी। इधर पिछले दो साल से राकेश को व्यापार में बड़ा घाटा आ रहा था, पर उसने गीता से यह सब छिपा रखा। जब गीता को वास्तविक स्थिति का पता चला तो वह बहुत बिगड़ी कि 'क्या तुमने मुझे कोई मन बहलाने का खिलौना मात्र समझा हुआ था, जो मुझे ऊपर-ऊपर से बहलाए रखते थे? क्या मैं तुम्हारे केवल शयनकक्ष में मन बहलाने वाली सामग्री ही थी? मुझे तुम्हारी अमीरी और शान-शौकत नहीं चाहिए। तुमने मुझे अपना जीवन-साथी नहीं समझा, इससे अधिक किसी स्त्री का और क्या अपमान हो सकता है?'

इसका नतीजा यह हुआ कि गीता अब खुद कमाती है। आर्थिक रूप से वह आत्म-निर्भर है। उसने घर, मोटर आदि बेचकर सब कर्ज़ा चुका दिया। राकेश ने अब 400 रु० की एक नौकरी कर ली है। उसे दुख इस बात का है कि धन-दौलत के साथ ही साथ वह पत्नी का विश्वास भी खो बैठा है।

चाटुकारिता में निपुण पुरुषों की दुरंगी चाल आपको किसी भी क्लब में देखने को मिल जाएगी। वे अपनी मीठी-मीठी चुपड़ी-चुपड़ी बातों से प्रशंसा की भूखी महिलाओं में लोकप्रिय हो जाते हैं। उनकी संगति में मन बहलाते हैं। अपनी आँखें सेंकते हैं। एक-दो पेग चढ़ाकर वे ऐसे रंगीले बन जाते हैं कि मानो किसी अप्सरालोक में हों। झूठी प्रशंसा और जिन्दादिली से वे स्त्रियों को भी गुमराह करने की चेष्टा करते हैं। और बाद में ऐसे पुरुष ही स्त्री मात्र के प्रति अश्लील विचार प्रकट करने से नहीं चूकते। उनके लिए नारी कामवासना की शान्ति का एक साधन मात्र है। हो सकता है कि इस तरह के पुरुष कुछ बहकी हुई महिलाओं के कृपापात्र बन जाएँ पर इसका मतलब यह तो नहीं है कि ऐसे पुरुष महिला मात्र की प्रशंसा के पात्र बन सकते हैं। माना कि रूप की प्रशंसा हर

स्त्री को सुननी अच्छी लगती है और ममतालु होने पर नारी अपनापन-प्रदर्शन करती है पर इतनी-सी बात के कारण किसी स्त्री को 'फ्लर्ट' कह देना भारी असभ्यता है।

स्त्री देवी नहीं मानवी है, उसमें भी मानव मात्र की दुर्बलताएँ हैं। अपने जीवन-साथी की सेवा करने, उसकी दुख-चिन्ताओं को बटाने में उसे सुख-सन्तोष मिलता है। वह चाहती है आत्मसमर्पण करके अधिकार प्राप्त करना। यदि पुरुष उसे अपना समझता है तो उसके संग दुराव नहीं रखना चाहिए। यदि वह उसे धोखा देता है, उसके नारीत्व पर चोट करता है तो वह फुँफकार उठती है। स्त्री चाहे पत्नी हो या सखी, माँ हो या बहन, भाभी हो या साली, बेटी हो या बहू, सहपाठिनी हो या सहकारिणी पुरुष को चाहिए कि उसके प्रति सम्मानजनक दृष्टिकोण अपनाए। स्त्री मात्र के प्रति पुरुष का व्यवहार मानो उसके चरित्र, स्वभाव व सज्जनता की कसौटी है।

पुरुष-स्त्री एक-दूसरे के पूरक हैं। स्त्री को यदि पुरुष ठीक से समझे तो उसको न केवल प्रत्येक क्षेत्र में एक सच्चा सहयोगी ही मिल जाय अपितु उसका पारिवारिक व सामाजिक जीवन भी सफल हो जाय। वह पूर्ण बनकर अपनी उन्नति करे, जीवन का आनन्द ले और अपनी शारीरिक, चारित्रिक व आत्मिक उन्नति करने में सफल हो सके।

आ जा मन के मीत

स्त्रियों के विषय में पुरुष अपना जो मत प्रगट करते हैं वह प्रायः वैज्ञानिक निरीक्षण पर आधारित नहीं होता। नारी ने पुरुष को प्रेम के व्यापक अर्थ से अवगत कराया है। जिस नारी के सम्पर्क में आकर कोमल भावनाओं से बँधकर उसने प्रेम का चमत्कारी कल्याणकारी रूप का अनुभव किया, उसकी इन्द्रियों में नया रस दौड़ने लगा, ऐसी सहचरी के प्रति पुरुष को कृतज्ञ होना ही चाहिए। पर वह अक्सर समझने में गलती कर जाता है। उसको एक रहस्यमयी या पहेली जान कर पूरा समझने की चेष्टा ही नहीं करता। इसका परिणाम यह होता है कि नारी को शरीर का साथी तो मिल जाता है पर मन का मीत नहीं मिल पाता।

स्त्री और पुरुष का जीवन के प्रति दृष्टिकोण भिन्न है इसीलिए उनकी दृष्टि में प्रेम, विवाह, वासना की तृप्ति, सन्तान, परिवार आदि के विषय में सोचने-विचारने का ढंग भी भिन्न है। पुरुष केवल वर्तमान में रहता है, प्रेम उसके जीवन में बीच-बीच में एक वसन्त की तरह आता है परन्तु नारी के लिए प्रेम ही जीवन है। वह किसी की हो जाने के लिए उतावली रहती है और उसका यह समर्पण विवाह द्वारा ही सार्थक् होता है। वह कुछ पाने की अपेक्षा देने के लिए, किसी के लिए जीने के लिए अधिक आतुर होती हैं। वह लज्जाशीला है, कोमल है, भावुक है, सहनशीला है और इन सबसे ऊपर वह एक माँ है। पुरुष को स्वतन्त्रता में सुख मिलता है परन्तु नारी को बन्धन ही प्रिय है। कोई मुझ पर निर्भर है, किसी को मुझ पर भरोसा है, किसी को मेरी सेवा, मेरे प्यार-दुलार की जरूरत है यह अनुभूति नारी के सन्तोष का कारण है। इसी में उसे अपना जीवन सार्थक दिखता है। इसीलिए अपना प्यार बाँटे बिना उसे चैन नहीं।

स्त्री अधिक पूर्ण है—कवि रवीन्द्र के नारी के विषय में विचार बहुत आधुनिक और

कोमल है। उनका कहना है कि प्रेम के लिए पुरुष अपने जीवन कार्य का त्याग नहीं कर सकता। यदि वह करता है तो बँधकर रहने में अन्त में वह छटपटाता है, उसे प्रेमिका के प्रति शिकायत होती है। इस विषय में पुरुष को दोष भी नहीं दिया जाता। क्योंकि कुदरत ने जिस पूर्णता से नारी का सृजन किया है, पुरुष का नहीं। क्योंकि मातृत्व प्राप्त होने पर जहाँ नारी का व्यक्तित्व पूर्ण हो जाता है, पुरुष पिता बनकर भी पहले की तरह ही अधूरा रहता है। इसलिए पुरुष अपने कार्य में अपनी पूर्णता ढूंढने में लग जाता है, इसी में उसे सन्तोष होता है। पुरुष नारी की तरह अपना सर्वस्व दान करने की क्षमता नहीं रखता। यही नारी और पुरुष का मूलभूत अन्तर है जो पुरुष को नारी के बिना अधूरा बनाए रखता है।

आगे वह कहते हैं कि मैं सदा ही यह अनुभव करता रहा हूँ कि प्रत्येक नारी का प्रेम, फिर वह चाहे जिस तरह का क्यों न हो, अपने पीछे हमारी अन्तरात्मा में मीठे फूलों की सुगन्ध छोड़ जाता है, ऐसे अपार सपने छोड़ जाता है, जो उसके नवनीत कोमल स्पर्शों के अभाव में जग ही नहीं सकते। सम्भव है कि समय बीतने के साथ उसकी पखुडियाँ मुरझाती चलें, परन्तु उसकी सुगन्ध की अनुभूति किसी भी दिन शेष नहीं हो सकती।

नारी के बिना पुरुष अधूरा—यदि नारी पुरुष का ही दूसरा रूप होती तथा उसका कार्य भी वही होता जो पुरुष का है, तो जीवन की धारा जिस तरह आज वह रही है, न जाने कब की रुक गई होती। नारी मानवता के लिए, स्नेह, सौहार्द तथा सामाजिकता के लिए बनी है। तात्पर्य यह है कि पुरुष संसार को उपयोगिता की दृष्टि से लेता है, नारी मानवता की दृष्टि से। इसीलिए नारी में भावना का वैपुल्य है। यही नहीं, भावना उसके चरित्र की रीढ़ ही है।

पुरुष नारी से केवल स्फूर्ति और उल्लास ही नहीं पाता, जीवन की गति भी पाता है।

पुरुष निरर्थक ही अपने जीवन के अवसादपूर्ण क्षणों में चुम्बक के प्रति लोहे की भाँति नारी की ओर आकृष्ट नहीं होता, उसे कुछ मिलता है, जैसे उसकी चेतना तथा कर्मठता पुनः स्वस्थ होकर प्रकट होती है। यह प्रत्यक्ष जीवन का सत्य है, कोरी कल्पना नहीं।

नारी जब कभी प्रेम करती है अपनी आत्मा से, अपने व्यक्तित्व के अंग-अंग से करती है और उस पर स्थिर रहती है। इस प्रेम के द्वारा वह अपनी पूर्णता को भी प्राप्त कर लेती है। इसी कारण वह प्रेम की पुकार आने पर अधिक सरलता से और निस्संशय होकर अपना सब कुछ होम सकती है। कठिन सामाजिक दण्ड की दशा में भी वह तब तक हिलती नहीं जब तक उसका साथी ही पीछे न हट जाय।

नारी के लिए नर जितना अनिवार्य है, उतनी ही अनिवार्य नर के लिए नारी है।

नर के लिए नारी जीवन की हलचल का भण्डार है। उसकी शक्ति को जगाने और गति देने का मन्त्र है। उसकी थकित चेतना को उल्लासित करने का साधन है।

नारी ब्रह्मा की सृष्टि की सर्वोत्तम रचना है। पर दूसरी ओर 'नारी नरक का द्वार' कहकर उसकी व्याख्या की जाती है। पर नारी को, माँ को नरक का द्वार

किसने बनाया है, पुरुषों ने ही तो ? परिवार में, समाज में, देश में सभी जगह उसका शोषण होता रहा है। इस आधुनिक युग में नारी को अपना भाग्य तय करने का, अपने जीवन को नियन्त्रित और सुरक्षित करने का अधिकार अवश्य मिलेगा। पर यह तभी सम्भव है जब कि पुरुष परिवार में उसका महत्त्व समझें। पुरुष और नारी का जीवन-दर्शन विभिन्न होकर भी यदि वह एकता में बंध जाए, तभी दोनों का सम्बन्ध सहज सुन्दर और कल्याण-कारी हो सकता है। नारी आज अपने निर्वाह के लिए पुरुष पर आश्रित है, पर पुरुष की कमाई को वह जिस रूप से सार्थक करती है जितना सुख, सेवा, सहयोग और स्नेह उसे देती है, उसके बदले में यह कमाई कितनी तुच्छ है। नारी के इस अस्थिमज्जा से बने बाह्य

रूप पर ही पुरुष लट्टू है, उसकी सुन्दर, कोमल और स्पर्शकातर आत्मा को विरले पुरुषों ने पहचाना है। इसी से ही दाम्पत्य जीवन कटु हो रहा है। समाज में एकतरफ़ा अधिकार होने के कारण नारी का जीवन कराहते हुए बीत रहा है। इससे परिवार की कड़ियाँ टूट रही हैं।

पुरुष भी नारी को रिझाए—अब सवाल यह उठता है कि पुरुष क्या करें ? उसका जवाब यह है कि पुरुष जितना परिश्रम अपने व्यवसाय को सफल बनाने में करता है

उसका दसवाश भी यदि वे पारिवारिक जीवन को सफल बनाने मे करें, अपनी प्रियतमा की आत्मा को खिलाने, उसे परिवार में सम्मानित जीवन व्यतीत करने में सहयोग दें तो अधिकाश दम्पति सुखी हों। पुरुष यदि अपने अन्दर शाश्वत प्रेमी को जीवित रखे तो नारी चिर प्रियतमा, अमर यौवना बनकर पुरुष के पुंसत्व को सार्थक करती है।

पुरुष चाहते हैं स्त्रियाँ हमारे लिए सजे-सँवरे। उनका यौन आकर्षण यदि प्रभावशाली है तो वह पुरुष को मादकता प्रदान करता है। पर पुरुष ने कभी यह भी सोचा है कि नारी जो कि अपनी पूर्ण समर्पण की भावना को लेकर पुरुष से मिलती है क्या उसकी कुछ उम्मीदें नही हैं? पुरुष नारी में अष्टगुणा कामवासना का आरोप करके उसे कभी सन्तुष्ट न होने वाली समझता है। यह पुरुषों की समझ का फेर है। असल में बात यह है कि पुरुष अपनी स्त्री को प्रेमिका समझकर नही अपितु अपने अधिकार के ज़ोर पर प्राप्त करना चाहते हैं। ऐसे पति पत्नी के शरीर पर चाहे अधिकार कर लें परन्तु उसके मन को नही जीत पाते। नारी की वासना प्यार का अर्घ्य पाकर ही उभरती है। यदि पुरुष उसे उचित समय मे ठीक ढंग से पहुँच (Approach) करता है तभी वह शीतलता का कवच उतारकर आगे बढती है।

पति-पत्नी का सम्बन्ध एक बहुत ही मधुर सम्बन्ध है। विवाह के बाद यह मधुरता चिर प्रेमी-प्रेमिका बनकर ही सुरक्षित बनी रह सकती है। इसकी आधारशिला है सच्चरित्रता,

विश्वास और सहयोग। प्रेम निवेदन का क्षेत्र केवल शयन कक्ष ही नहीं है। शरीर सम्बन्ध ही उसकी सीमा नही समझी जानी चाहिए। पति-पत्नी दोनों मिलकर जीवन

जिसने बनाया है, पुरुषों ने ही तो? परिवार में, समाज में, देश में सभी जगह उसका शोषण होता रहा है। इस आधुनिक युग में नारी को अपना भाग्य जय करने का, अपने जीवन को नियन्त्रित और सुरक्षित करने का अधिकार अवश्य मिलेगा। पर यह तभी सम्भव है जब कि पुरुष परिवार में उसका महत्त्व समझें। पुरुष और नारी का जीवन-दर्शन विभिन्न होकर भी यदि वह एकता में बँध जाय, तभी दोनों का सम्बन्ध सहज सुन्दर और कल्याणकारी हो सकता है। नारी आज अपने निर्वाह के लिए पुरुष पर आश्रित है, पर पुरुष की कमाई को वह जिस रूप से सार्थक करती है जितना सुख, सेवा, सहयोग और स्नेह उसे देती है, उसके बदले में वह कमाई कितनी तुच्छ है। नारी के इस अस्थिमज्जा से बने बाह्य

रूप पर ही पुरुष लट्टू है, उसकी सुन्दर, कोमल और स्पर्शकातर आत्मा को विरले पुरुषों ने पहचाना है। इसी से ही दाम्पत्य जीवन कटु हो रहा है। समाज में एकतरफ़ा अधिकार होने के कारण नारी का जीवन कराहते हुए बीत रहा है। इससे परिवार ... टूट रही हैं।

पुरुष भी नारी को रिझाए—अब सवाल यह उठता है कि ...
जवाब यह है कि पुरुष जितना परिश्रम अपने ...

उतना दयावान भी यदि वे पारिवारिक जीवन को सफल बनाने में करें, अपनी प्रियतमा की आत्मा को खिलाने, उसे परिवार में सम्मानित जीवन व्यतीत करने में सहयोग दें तो अधिकांश दम्पति सुखी हों। पुरुष यदि अपने अन्दर शाश्वत प्रेमी को जीवित रखे तो नारी चिर प्रियतमा, अमर यौवना बनकर पुरुष के पुंसत्व को सार्थक करती है।

पुरुष चाहते हैं स्त्रियाँ हमारे लिए सजे-सँवरे। उनका यौन आकर्षण यदि प्रभावशाली है तो वह पुरुष को मादकता प्रदान करता है। पर पुरुष ने कभी यह भी सोचा है कि नारी जो कि अपनी पूर्ण समर्पण की भावना को लेकर पुरुष से मिलती है क्या उसकी कुछ उम्मीदें नहीं हैं? पुरुष नारी में अष्टगुणा कामवासना का आरोप करके उसे कभी सन्तुष्ट न होने वाली समझता है। यह पुरुषों की समझ का फेर है। असल में बात यह है कि पुरुष अपनी स्त्री को प्रेमिका समझकर नहीं अपितु अपने अधिकार के जोर पर प्राप्त करना चाहते हैं। ऐसे पति पत्नी के शरीर पर चाहे अधिकार कर लें परन्तु उसके मन को नहीं जीत पाते। नारी की वासना प्यार का अर्घ्य पाकर ही उभरती है। यदि पुरुष उसे उचित समय में ठीक ढंग से पहुँच (Approach) करता है तभी वह शीतलता का कवच उतारकर आगे बढ़ती है।

पति-पत्नी का सम्बन्ध एक बहुत ही मधुर सम्बन्ध है। विवाह के बाद यह मधुरता चिर प्रेमी-प्रेमिका बनकर ही सुरक्षित बनी रह सकती है। इसकी आधारशिला है सच्चरित्रता,

विश्वास और सहयोग। प्रेम निवेदन का क्षेत्र केवल शयन कक्ष ही नहीं है। शरीर सम्बन्ध ही उसकी सीमा नहीं समझी जानी चाहिए। पति-पत्नी दोनों मिलकर जीवन

के प्रत्येक क्षेत्र में गृहस्थी के प्रत्येक कार्य में, सहयोग और प्रेरणा देते हुए, एक-दूसरे की सफलता की कामना करते हुए, हँसी-खुशी, दुख-सुख, भाव और अभाव सबमें हाथ बँटाते हुए सच्चे अर्थ में जीवन-साथी साबित हो सकते हैं। क्योंकि पुरुष गृहस्वामी है, वह रोटी कमाने वाला है, इसलिए स्त्री के नारीत्व और कोमल भावनाओं की रक्षा करना उसका कर्त्तव्य है। पर कितने पुरुष इस बात की चेष्टा करते हैं कि विवाह के बाद वे नारी के गुणों, योग्यता के अनुकूल उसे तरक्की करने में सहयोग दे ! जो पति स्त्री की योग्यता को विकसित करने में सहयोग देता है वह सच्चे अर्थ में उसके विश्वास और श्रद्धा का पात्र है। मैं कई ऐसी बहनों को जानती हूँ, जिन्होंने अपने पति की प्रेरणा से विवाह के बाद उच्च शिक्षा प्राप्त की, संगीत या चित्रकारी में नाम कमाया, समाज-सेवा द्वारा मान-प्रतिष्ठा प्राप्त की और इन बहनों ने अपनी सफलता का सेहरा अपने पति के माथे बाँधा। अपने मनपसन्द काम द्वारा स्त्री को अपनी योग्यता, मन के विचार और उल्लास को प्रकट करने का उपयुक्त माध्यम मिल जाता है।

मेरी स्टोफ का कहना है कि "स्त्री को यदि मन पसन्द धन्धा अख्तियार करने का मौका दिया जाय, और पुरुष यदि एक उदार दृष्टि से उसके कार्य को देखने लगे तो इसमें सन्देह नहीं कि इससे स्त्री के मन का बोझ हलका हो जायेगा और विवाहित जीवन की सफलता इतनी असाधारण और दुष्प्राप्य वस्तु नहीं बनी रहेगी।"

नारी और नौकरी—कई पुरुषों को यह गलतफहमी होती है कि यदि स्त्री नौकरी करेगी, या ललित कलाओं अथवा सामाजिक सेवा में भाग लेगी तो बच्चों और गृहस्थी की उपेक्षा होगी। यथार्थता इससे भिन्न है। क्योंकि यदि स्त्री अपनी योग्यता का विकास करने लगेगी तो उस समय पुरुष को एक सहयोगिन, स्वस्थमना जीवनसहचरी ही नहीं अपितु आत्मनिर्भर रहने की योग्यता रखने वाली एक बुद्धिमती सखी भी मिल जाएगी। घर के संकुचित दायरे से बाहर निकलकर कुछ आर्थिक स्वतन्त्रता, आज़ादी और अनुभव प्राप्त करने के लिए स्त्री का निकलना पहले-पहले चाहे कुछ अनुपयुक्त और असुविधा-जनक लगे परन्तु यह विरोध ऊपरी ही है। जो महिलाएँ अपने घर और बाल-बच्चों की उपेक्षा करती हैं या आज़ादी का दुरुपयोग करती हैं, वे घर से बाहर कहीं अतिरिक्त काम करे बिना भी करती रही हैं। नारी से सहयोग और एकता की माँग का यह अर्थ नहीं है कि उसकी बहुमुखी प्रतिभा को कुन्द बना दिया जाय अथवा व्यापक अनुभव से उसके व्यक्तित्व को पूर्ण बनाने से रोक दिया जाय।

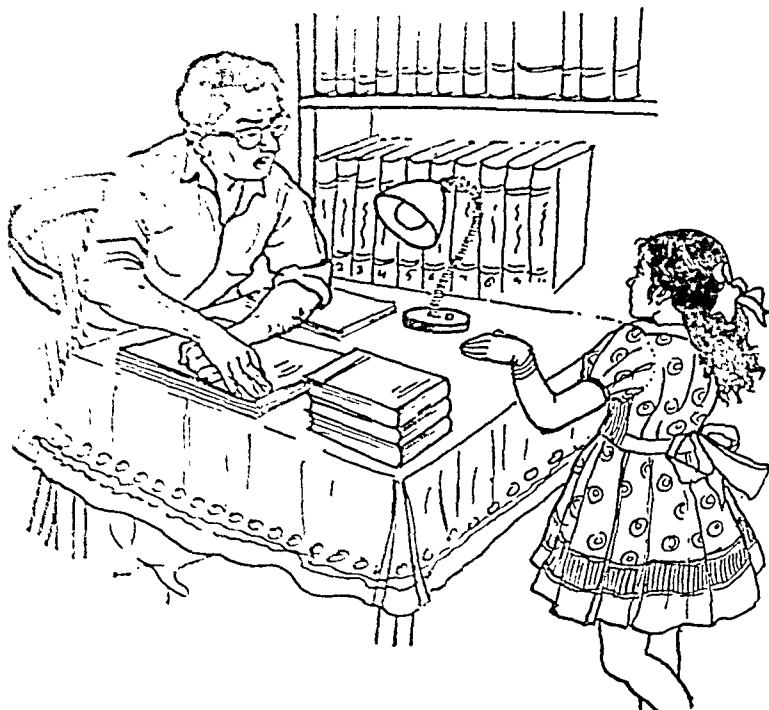
कई दृष्टान्त ऐसे भी मिले हैं जहाँ पत्नी पति की तरह कमाने भी जाती है और घर-गृहस्थी और बाल-बच्चों का सारा भार भी उसे ही सँभालना पड़ता है। पति उसकी कठिनाई को न समझता हुआ, यदि गृह-व्यवस्था में ज़रा-सी भी न्यूनता रह जाय तो उसकी आलोचना करता है, उस पर बिगड़ता है मानो नौकरी करने की इजाज़त देकर उसने पत्नी पर एहसान किया हुआ है। वह यह भूल जाता है कि वह ऐसा करती हुई उसे आर्थिक सहयोग दे रही है। क्या उसका यह कर्त्तव्य नहीं है कि गृहस्थी और बाल-बच्चों

की देख-भाल में वह उसका हाथ बँटाए ? यदि सफल लेखक, कवि, राजनीतिक, अन्वेषक, वैज्ञानिक, समाज-सुधारक आदि प्रतिभाशाली व्यक्तियों की सफलता का विश्लेषण किया जाय तो यह बात छिपी नहीं रहेगी कि उनकी इस सफलता की प्रेरणादायिनी, सुविधा जुटाने वाली सहयोगिन उनकी पत्नी ही थी। जो कि ओट में रहकर अपने सुख, प्रेम, सुविधाओं को भूलकर पति को प्रोत्साहन देती रही। ऐसे पुरुषों ने अपनी पत्नी की कितनी उपेक्षा की होगी ! प्रतीक्षा में बैठी हुई उसकी किसी को याद हो न होगी। उसके मन पर क्या बीतती होगी, उसके अरमान कैसे कुचले गए होंगे, पति की निष्ठुरता पर उसने कितने आँसू गिराए होंगे, यह क्या उसके जीवन-साथी ने कभी सोचा भी होगा ?

विवाह से पहले अपनी पत्नी के विषय में जब आपको यह पता चला होगा कि वह संगीत में रुचि रखती है, चित्रकारी में उसने डिप्लोमा लिया है या नृत्य में बड़ी निपुण है तब आपने इसे एक अतिरिक्त गुण ही समझा होगा। इसी तरह बी० ए०, बी० टी० या डाक्टरी पास अथवा समाज-सेविका होना भी लड़की का एक गुण ही समझा जाता है। किसी लड़की का लेखिका या कवयित्री होना भी उसके होने वाले दूल्हे के लिए गौरव का कारण होता है। पर शादी के बाद पत्नी की सितार पर कुछ महीनों में ही धूल जम जाती है, रंग की प्यालियाँ और ब्रुश सूख जाते हैं, उसकी शिक्षा व्यर्थ ही जाती है, उसकी कविताएँ, संगीत, नृत्य या चित्रकारी को समझने या दाद देने की किसी को फुरसत भला कहाँ है ? मतलब यह है कि विवाह के बाद प्रशंसा और प्रेरणा के अभाव में उनकी प्रतिभा मुर्झाकर रह जाती है। अब यदि इसके पति समझदार होते तो उनके लिए पत्नी की प्रसन्नता, विश्वास, सहयोग प्राप्त करने का सबसे सुन्दर माध्यम होता इसकी प्रतिभा को विकसित करना।

मन की दुनिया सूनी क्यों ?

स्त्रियाँ पुरुषों से अधिक भावुक और कल्पनाशील होती हैं। वे मानो सपने देखती हैं कि मैं अपने घर को कलात्मक ढंग से सजाऊँगी, बच्चों का पालन-पोषण बहुत सुचारु ढंग से करूँगी, पति के लिए स्वादिष्ट भोजन बनाऊँगी, अपने रूप-गुणों से उन्हें रिझाऊँगी, उनके लिए सजूँ-सँवरूँगी। मतलब यह कि उसकी कल्पना की दुनिया का दायरा है उसका परिवार। अब यदि उस परिवार का केन्द्रबिन्दु उसका पति उसके प्रयत्नों की दाद नहीं देता, उसकी सूनी घड़ियों को आबाद नहीं करता, उसके सजने-सँवरने पर आकृष्ट नहीं होता, उसके प्रणय-निवेदन के संकेतों को नहीं समझता तो बताओ वह क्या करे ? ऐसे पुरुष चाहे कितना भी क्यों न कमाते हों, पर स्त्रियों के प्रिय नहीं बन पाते। तारीफ तो यह कि समझने की बुद्धि का पुरुष में ही अभाव है और उल्टा वही नारी को रहस्यमयी, मूढ़ी, अस्थिर आदि नाम देता है। अनजान के हाथों पड़कर सितार से कर्ण-कटु ध्वनि ही निकलेगी। उसको झंकृत करने के लिए तो कोमल और संवेदनशील स्पर्श की जरूरत है। यही बात पुरुषों को समझाने की जरूरत है।

[illegible] को ब्याही है। आरम्भ में दस-
[illegible] नहीं, परन्तु फिर तो वह हजारों
[illegible] से मिली। इतना आराम और सुख पाकर
[illegible] : शरीर पर [illegible] साड़ी; कानों-हाथों में हीरे के
[illegible], पर उसकी आँखें सूनी-सूनी थीं। मैं समझ गई कि इसकी
[illegible] पर मन की दुनिया सूनी-सूनी ही है। पूछने पर वह रो पड़ी।

[illegible] 'क्या बताऊँ, बहन, इससे तो हम गरीब ही अच्छे थे। इन्हें तो अब अपने काम से
[illegible] ओर ध्यान देने की फुरसत ही नहीं। उस दिन लड़की का जन्मदिन था। वह बाप
[illegible] गई कि 'पिताजी घड़ीभर के लिए आप भी बर्थ-डे पार्टी में शरीक हो जायँ।' वह
[illegible]कर बोले, 'जाओ यहाँ से! इस समय तमाशे के लिए मेरे पास समय नहीं है।
[illegible]ो मैंने पाँच सौ रुपए तुम्हारे लिए कुछ उपहार लाने के लिए दे दिए, फिर
[illegible] करने आई हो?' बाप से ऐसी झिड़की खाकर लड़की रोती हुई मेरे पास
[illegible] 'माँ, मैं तो पिताजी का आशीर्वाद लेने गई थी। मुझे उनकी दी हुई
[illegible]र नहीं चाहिएँ। मेरी सहेलियों के बाप कितना दुलार करते हैं
[illegible]री खुशी में शामिल होने की भी फुरसत नहीं।'

"बहन, औरत सब सहती है, पर बच्चों का दुःख उससे नहीं सहा जाता। धन जीवन का साध्य तो नहीं होना चाहिए। यह तो साधन मात्र है। पहले वह हमारे साथ इतवार को घूमने, सिनेमा देखने, क्लब भी जाते थे। अब उन्हें हमारी ओर ध्यान देने की भी फुरसत नहीं। माना कि अब आलमारी में साड़ियों का ढेर लगा है, जेवरों के अनेक सेट मेरे पास हैं, काम करने के लिए नौकर-चाकर हैं, सैर-सपाटे के लिए कार है, मेरा बैंक-बैलेंस लाखों तक पहुंच गया है, पर बहन, पुरुष ने कभी यह भी सोचा है कि सुखों को भोगने के लिए नारी को एक जीवन-साथी की भी जरूरत है। पहले मैं अपने हाथ से खाना पकाती थी, अपने छोटे से घर को मामूली फर्नीचर से ही सजाकर साफ-सुथरा और सुन्दर रखती थी, तब ये मेरी भोजन की, मेरे गृह-व्यवस्था की और मेरे रूप और गुणों की प्रशंसा करते नहीं अघाते थे। मैं सोचती थी कि मैं कितनी सुखी हूँ। पर अब तो इनके मुंह से प्यार के दो शब्द सुनने के लिए तरस गई हूँ।"

बात को आगे बढ़ाते हुए उसने कहा, "इस दशहरे की छुट्टियों में मैं अपनी बहन के घर गई थी। मेरे बहनोई एक कालिज में प्रोफेसर हैं। उनका सुखी पारिवारिक जीवन देखकर मैं अपनी बदकिस्मती पर जार-जार रो पड़ी। मेरे बहनोई देखने में साधारण हैं पर हैं बड़े जिन्दादिल। दिनभर हंसाते रहेंगे बहन को। उनकी ठठोली, मजाक, चुटकुले और ठहाकों से घर गुलजार रहता है। बहन की हर समस्या का मानो उनके पास हल है। कभी नौकर चला जाय, बच्चा बीमार हो जाय, कुछ आर्थिक कठिनाई आ जाय, वह अपने सहयोग और दिल-दिमाग से सब मुसीबतों को सरल कर देंगे। बहन ने आज कौन-सी साड़ी पहनी है, कौन-सा रंग उस पर खिलता है, किस तरह का जूड़ा उस पर शोभा देगा, उसके हाथ की कौन-सी चीज अधिक स्वादिष्ट बनती है, उसे किस रंग के फूल पसन्द हैं, कौन-से लेखक की कहानी उसे अच्छी लगती है—इन सब बातों की जानकारी मेरे बहनोई को रहती है। मेरी बहन को बागवानी का बड़ा शौक है। उस शौक को पूरा करने के लिए बहनोई साहब ने एक से एक बढ़िया पौधे और कलम अपने बगीचे में लाकर सजाए हैं। कौन-से पौधे में कब पत्तियां निकलीं, कब कलियां फूटीं, कब फूल खिले—ये सब सुसमाचार वह बहन को सुनाकर प्रसन्न करते हैं। बहन की रुचि देखकर उन्होंने उसे फूलों को गुलदस्ते में सजाने की ट्रेनिंग दिलवाई। मैं एक महीना वहां रही; बहन-बहनोई के जीवन की झांकी मुझे एक सुखद सपने की तरह लगी। जब घर लौटी तो देखा सब चीजें वहां बेतरतीब पड़ी हैं। मेरी गैरहाजिरी में अनाप-सनाप खर्च हुआ। आकर जब मैंने नौकरों को बेपरवाही के लिए डांटा तो पति महोदय उल्टा मुझ पर झुंझलाकर बिगड़े—'अजी, तुम एक महीना यहां नहीं थीं तो घर में पूर्ण शान्ति थी। मैंने भी खूब डटकर काम किया। अब तुम आई हो तो नौकरों की भी शामत और हमारे ऊपर भी लपाड़ों की झड़ी लगेगी।'"

अपनी सहेली की दुख-गाथा सुनकर मैंने सोचा कि और भी कितने ही पुरुष वकील साहब की तरह ही धन कमाने की मशीन बन जाते हैं। उनके विचार में धन से स्त्री को

सारी ज़रूरतें पूरी हो जाती हैं। वे यह बात नहीं समझ पाते कि बिना पत्नी के सहयोग के परिवार सुखी नहीं हो सकता। आवश्यकता इस बात की है कि पुरुष भी अपनी पत्नी को प्रसन्न रखने की कला में निपुण हो। इसके लिए निम्नलिखित बातों का ध्यान रखना ज़रूरी है—

स्त्री को प्रसन्न रखने के लिए—(1) स्त्री को यह अनुभव नहीं होने देना चाहिए कि पुरुष मेरे शरीर का ही भूखा है। उसने मुझे अपनी कामवासना की तुष्टि का एक साधन बनाया हुआ है। जब मैं अपनी अस्वस्थता, काम की अधिकता, समयाभाव, थकावट या अनिच्छा के कारण इसकी मनचाही नहीं कर पाती, तो यह मुझसे असन्तुष्ट हो जाता है।

(2) पत्नी जब तक सेवा करती है, आज्ञापालन करती है तभी तक यदि पति उस पर कृपालु है तो इसमें पुरुष के प्रेम का कोई प्रमाण नहीं। यदि वह पत्नी के व्यक्तित्व को कुचलता है, अपना निर्णय उस पर लादता है और कठोर वचनों से उसकी भर्त्सना करता है तो ऐसे पुरुष के प्रति नारी कुंठित हो जाती है।

(3) दोष और कमियाँ हर व्यक्ति में होती हैं पर ज़रूरत इस बात की है कि पत्नी की कटु आलोचना करना, खरी-खोटी सुनाना, दूसरों के सामने उसे जलील करना बहुत ही बुरी बात है। स्त्री पुरुष के माध्यम से ही समाज में स्थान पाती है। उसे परिवार में सम्मान मिलता है। जो पुरुष कटुवचन बोलते हैं, स्त्री को उसकी न्यूनताओं के लिए धिक्कारते हैं वे अपनी पत्नी को कभी सन्तुष्ट नहीं कर पाते।

(4) स्त्री अपने को सजा-सँवारकर यौन आकर्षण पैदा करती है। इससे पुरुष का पुंसत्व जाग्रत होता है। उसका रूप-शृंगार पुरुष की दृष्टि को मुग्ध करने के लिए है। इसलिए पुरुष को अपनी स्त्री की सुन्दर काया, आकर्षण और शृंगार की हमेशा प्रशंसा करनी चाहिए। मीठे वचन, प्रशंसा और सहानुभूति दिखाकर पुरुष स्त्री के मन को जीत लेता है। मन की सन्तुष्टि शरीर की सन्तुष्टि से अधिक महत्त्व रखती है। मैं एक मेजर की पत्नी से मिली। उसका पति युद्ध में इतना घायल हो गया था कि उसके नीचे का धड़ पंगु हो गया। इस कारण से उनका दाम्पत्य जीवन सेक्स के अभाव में एक प्रकार से अधूरा ही था। पर उसकी पत्नी के मुख पर सन्तुष्टि की जो चमक थी, यह देखकर मैं हैरान हो गई। आख़िर मैंने उससे पूछ ही लिया कि सेक्स के अभाव में उनका जीवन इतना सफल कैसे है? वह बोली, "कई पुरुष कामवासना और प्रेम को एक ही चीज़ समझते हैं। सभी दम्पति शरीर सम्बन्ध रखते हुए भी क्या सच्चे अर्थ में सुखी हैं? प्रेम से शून्य वासना तो बड़ी कुत्सित है। मेरे पति सच्चे अर्थ में मेरे प्रेमी हैं। उनका सुखद स्पर्श, प्रेमालिगन, मधुर प्रेम-निवेदन, वाक् चातुर्य, ज़िन्दादिली, हँसोड़ स्वभाव और रोचक बातचीत ने मेरे जीवन में किसी बात की कमी नहीं रहने दी। मेरी आत्मा उनके प्रेम से सिंचकर हरी-भरी हो गई है।"

इसमें कोई सन्देह नहीं कि स्त्री को रिझाने के लिए पुरुष का बलवान होना ही [illegible] नहीं है, परन्तु उसका रसिक हँस-मुख और मधुर भाषी होना भी ज़रूरी है।

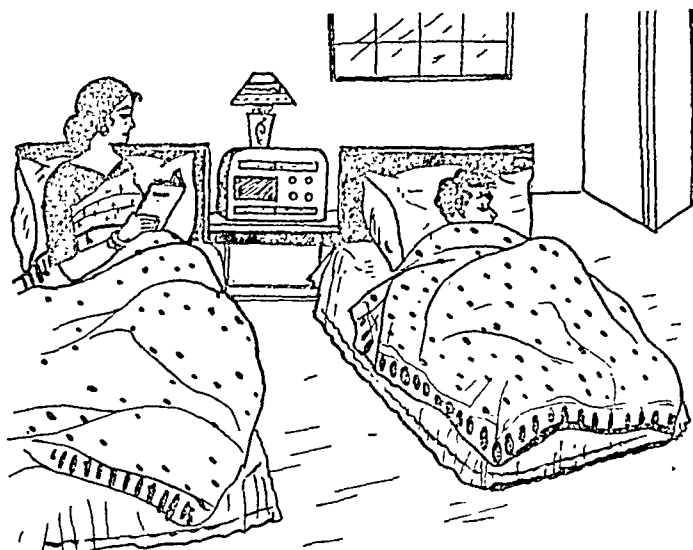
देखने में आता है कि सम्भोग की क्रिया कई पुरुषों के लिए मानो दिनचर्या का एक कार्य-क्रम-सा होता है। यह 'गुनाह बेलज्जतवाली' बात है।

(5) पुरुषों के लिए बहुत जरूरी है कि वह अपनी पत्नी की प्रकृति, रुचि, शारीरिक आवश्यकता, उत्तेजना के केन्द्र और प्रिय विषयों को समझें। उसके शरीर को प्राप्त करने से पहले उसके मन को जरूर जीतें। उसकी सुख-सुविधा और रुचि का ध्यान रखें। क्रिया आरम्भ करने से पहले ही भूमिका यदि सफल नहीं होती तो सम्भोग सुखदायक नहीं होता। बहुत कम पुरुष ठीक ढंग की पहुँच याने अप्रोच (Approach) करना जानते हैं। वे न तो इसके लिए कुछ आकर्षण पैदा करते हैं, न मधुरता। कई स्त्रियाँ ऐसी हैं कि वे पुरुष की आवाज़, बातचीत करने का ढग, अदाएँ और वाक् चातुर्य पर मोहित होती हैं। उनके बातचीत करने का लहजा और अन्दाज उनके मन में रस पैदा कर देता। तभी तो बिहारी ने कहा—

'बतरस लालच लाल के मुरली धरी लुकाय'

गोपियाँ श्रीकृष्ण के 'बतरस' पर मुग्ध थीं। धीरोदात्त नायक का यह एक सबसे बड़ा गुण समझा जाता है।

(6) स्त्रियाँ तो माँ बनकर भी अपने शरीर की काठी को सुडौल बनाए रखने के लिए प्रयत्नशील रहती हैं, परन्तु अधिकांश पुरुष अपनी काया की सुडौलता को बनाए रखने के लिए प्रयत्न नहीं करते। वे शरीर की सफाई की ओर भी ध्यान नहीं देते। गन्दे पाँव, पसीना और बालों से भरी बगलें, बिना शेव करा चेहरा, दुर्गन्धयुक्त श्वास, गन्दे कपड़े—ये सब उनके यौन आकर्षण को नष्ट कर देते हैं। साफ-सुथरी और चुस्त वेशभूषा में पुरुष स्त्री की आँखों में समा जाता है। पुरुष अपने प्रणयकाल में जो शिष्टाचार, प्रणय निवेदन में जो कोमलता और ज़िन्दादिली दिखाता है उसको उसे आगे भी बनाए रखना चाहिए। साफ-सुथरी आदतें, थोड़ा-बहुत परस्पर संकोच, प्रेम-प्रदर्शन, मिलन की उत्कंठा—ये सब पत्नी का प्यार जीतने के लिए बहुत जरूरी हैं। यदि आप यह नहीं चाहते कि पत्नी किसी पर पुरुष की ओर आकृष्ट हो तो आपको चाहिए कि उसके प्रति अमर प्रेमी की तरह व्यवहार करें। अपनी भौंडी आदतें और स्वभाव की कठोरता उसके सामने प्रकट मत होने दें। उपहार और मनोरंजन द्वारा उसे आह्लादित करते रहें।

चौथेपन में—देखने में आता है कि कई पुरुष जब पचपन की उम्र पार कर जाते हैं तो स्त्री के प्रति कठोर या उदासीन-से हो जाते हैं। जिस स्त्री का पति इतने वर्ष रसिक और प्रेमी बना रहा, उसमें यदि ऐसी शुष्कता आ जाती है तो पत्नी के मन को बड़ा आघात लगता है। पुरुष की इस शुष्कता के मूल में उसमें पुंसत्व का दिन-प्रतिदिन ह्रास होना होता है। पर ऐसी परिस्थिति में उसका पत्नी के प्रति उपेक्षा-प्रदर्शन भारी भूल है। चाहिए तो यह कि पुरुष इस चौथेपन में आकर स्त्री के संग एक तरह का सामंजस्य स्थापित कर ले। कुदरत ने स्त्री को ऐसा बनाया है कि यौवन ढल जाने पर भी वह सम्भोग के अयोग्य नहीं हो जाती, पर बल घटने पर पुरुष सम्भोग के अयोग्य हो जाता है। इसीलिए अब वर और वधू की आयु में 3 या 4 वर्ष से अधिक का अन्तर ठीक

नहीं समझा जाता। पुरुषों के पुंसत्व की अवधि उनके स्वास्थ्य, दिनचर्या और नसल पर भी निर्भर करती है। यदि पुरुष एक सफल प्रेमी रहा है तो पत्नी के साथ वह एक सम्मानजनक समझौते पर पहुँच सकता है। उसके प्रेम-प्रदर्शन में मित्रभाव अधिक हो जाता है। वे दोनों एक सच्चे सहयोगी और प्रशंसक की तरहएक-दूसरे के प्रति अपने प्रेम का प्रदर्शन करते हैं, और इस चौथेपन में आकर वे सच्चे अर्थ में एक-दूसरे के जीवन-साथी बने रहते हैं। यद्यपि उनके प्रेम प्रदर्शन के ढंग बदल जाते हैं, पर उनका प्रेम कम नहीं होता। उल्टा वे एक-दूसरे के साहचर्य में ही अपने जीवन को पूर्ण पाते हैं। वे सब तरह से एकाकार हो जाते हैं। स्त्री में मातृत्व गुण इतना प्रधान है कि इस आयु में वह अपने पति को भी सन्तान की तरह प्रेम करने में सुख पाती है।

तभी तो इस आयु में वानप्रस्थ का विधान है। याने पति-पत्नी साथ-साथ रहें, पर इन्द्रियों के दास बनकर नहीं। वे सच्चे अर्थ में ज्ञान उपार्जन, साहित्य-कला की उपासना, प्रकृति सेवन आदि में लीन होकर एक-दूसरे का प्रिय करें। स्त्री हर रूप में पुरुष को पूर्ण करती है। वह रहस्यमयी है इसलिए कि उसकी लीला को समझने के लिए पुरुष को प्रयत्न करना पड़े ताकि आकर्षण बना रहे। अन्यथा वह सरल, भोली, समर्पण तत्पर, सेवा-परायण और ममतामयी है। पुरुष का मन्त्र होना चाहिए—'स्त्री शरणं गच्छामि'; फिर आप देखेंगे कि पुरुष कभी गुमराह न होगा। उसकी गति बचपन में माँ है, किशोरावस्था में बहन है और बड़े होकर पत्नी है।

'प्रेम मात्र निर्मल है, वह पाप नहीं—मैं प्रत्येक स्त्री-प्रेम को अत्यन्त आदर की दृष्टि से देखता हूँ। पुरुष को चाहिए कि अपार यातनाएँ सहन करके भी वह स्त्री-प्रेम को प्राप्त करे।"—यह वचन हैं रवीन्द्रनाथ ठाकुर के।

10
मधुमास कैसे मनाएँ ?

पाश्चात्य सभ्यता का प्रभाव हमारे जीवन पर बहुमुखी रूप से पड़ा है, यहाँ तक कि वैवाहिक परम्पराएँ भी इससे अछूती नहीं बची हैं। विवाह के बाद शिक्षित तबके में हनीमून याने मधुमास मनाने के लिए बाहर जाने का एक रिवाज़-सा चल पड़ा है। एक तरह से यह है भी ठीक। पति-पत्नी को कुछ दिनों के लिए इस कोलाहल की दुनिया से दूर ही चले जाना चाहिए। यह उनके लिए बहुत ज़रूरी है, ताकि वे एक-दूसरे को अधिक निकट से समझ सकें। कारण, नवविवाहित दम्पति के लिए परिजनों से भरे-पूरे घर में एक-दूसरे को समझने के लिए समय और सुविधा का अभाव होता है।

हमजोली मज़ाक-ठट्ठा करते हैं, चिढ़ाते हैं, आवाज़ें कसते हैं। दम्पति गुरुजनों की आँख बचाकर शयनकक्ष में घुसते हैं। रात तक प्रेमालाप करते उन्हें काफ़ी देर हो जाती है, सुबह दिनचढ़े जब वे उठते हैं तो उन्हें संकोच लगता है। झेंपते हुए वे बाहर निकलते हैं। गुरुजन परखते हैं कि बहू शील-संकोच वाली आई कि नहीं। देवर-ननदों को बहू की मिलनसारी को परखने की रहती है। पति उसके प्रेमिका और रमणी रूप के दर्शन करने को छटपटाता है। ऐसी परिस्थिति में नवोढ़ा की स्थिति बड़ी विकट हो जाती है। वह खुद इस नए वातावरण में अपने को जमा नहीं पाती। उसकी शारीरिक और मानसिक कई समस्याएँ होती हैं। परिस्थिति उलझी रहने के कारण वह खोई-खोई-सी रहती है। फिर आजकल छोटे-छोटे घर हैं। पर्दापोशी कम होती है। ऐसे वातावरण में न तो पति को नवोढ़ा को जीतने की सुविधा होती है, न पत्नी को पति को मुग्ध करने का सुअवसर मिलता है। नवोढ़ा के लिए तो एक परीक्षाकाल ही उत्पन्न हो जाता है। वह डरी हुई-सी सेज के एक ओर बैठी रहती है। इस संकोच को भेदकर स्त्री का समर्पण प्राप्त करना पुरुष के लिए भी एक समस्या होती है। खास करके पत्नी यदि पढ़ी-लिखी है तो पुरुष की पहुँच बहुत संभलकर होती है। असल में मधुमास में चेष्टा तो इस बात की होनी चाहिए कि पति-पत्नी मित्रवत् व्यवहार करें। यह समय बड़ा नाज़ुक होता है। मन में यदि उल्लास और सरलता रहेगी तो समर्पण का काम सरल हो जाएगा।

अधिकांश लोगों की यह धारणा है कि सुहागरात का मतलब ही यही है कि पूर्ण रूप से शारीरिक समर्पण। यह कुछ भद्दी-सी कल्पना है। हमारे देश में विवाह से पहले बहुत कम युवतियों को अपने मंगेतर से मिलने-जुलने, घनिष्ठ मित्र के रूप में एक-दूसरे को समझने का मौका मिल पाता है। बहुत हुआ एक-दो बार कहीं देख लिया, सूरत-शक्ल परख ली। बस इससे अधिक वे एक-दूसरे से परिचित नहीं हो पाते। ऐसी सूरत में

मेरे पति अब मुझ प्यार नहीं करते, मुझमें रस नहीं लेते, या फिर अब इनमें पुंसत्व बाकी नहीं रहा। इसलिए ज़रूरत तो इस बात की है कि आप अपनी पत्नी के मन को जीतें। जब एक बार उसे यह विश्वास हो जाएगा कि आप उसके सच्चे प्रणयी हैं तो शरीर का समर्पण वह सहर्ष करेगी ही।

स्त्री और पुरुष के बीच में कोई चीज़ गोपनीय या अश्लील नहीं है इस बात को समझकर जब पत्नी शारीरिक सन्तुष्टि प्राप्त करने में सहयोग देती है, अपने शरीर के उत्तेजना केन्द्र और अनुकूल मर्दन, चुम्बन, आलिंगन के रहस्य को अनुभव के बल पर पति पर प्रकट करने में संकोच नहीं करती तभी पति का पुंसत्व सबल और सार्थक हो पाता है। पर इस क्षेत्र में पुरुषों की सन्देहात्मक प्रवृत्ति भी बड़ी बाधक है। एक नवोढ़ा को उसकी भावज ने रति क्रिया के विषय में कुछ मर्म की बातें बताई। जब उसने अपनी यह जानकारी पति पर प्रकट की तो उसने तुरन्त पूछा—बताओ तुम्हें यह गुर की बात कैसे पता लगी ? कुआरी लड़कियों को तो इन बातों का पता नहीं चल सकता। बहुत ज़िद करने पर उसने अपनी भावज का नाम बता दिया। तब जाकर उसके पति के मन की दुविधा मिटी। इसीलिए हमारे यहाँ स्त्रियाँ यदि कुछ बात समझती भी हैं तब भी संकोच के कारण कहना उचित नहीं समझतीं। इससे पुरुष को भी घाटा रहता है।

इस क्रिया में सफलता प्राप्ति की कोई अवधि नहीं हो सकती है कि एक साल के अन्दर ही पति-पत्नी एक-दूसरे को समझ लें। मैं ऐसे भी केस जानती हूँ जहाँ वर्षों के बाद पत्नी के सिखाने पर पुरुष इस काम में होशियार हुआ। परिणामस्वरूप जो आनन्द उन्हें आरम्भिक वैवाहिक जीवन में नहीं प्राप्त हुआ वह चार बच्चे हो जाने के बाद प्रौढ़ावस्था में जाकर अनुभव हुआ।

पाश्चात्य देशों में विवाह से पहले एक-दूसरे के प्रणयी होने, विचार समझने, भविष्य जीवन की सुखद कल्पना करने और योजना बनाने का स्त्री-पुरुष को मौका मिलता है। इसलिए मधुमास में शारीरिक समर्पण और आत्मसात होने की पृष्ठभूमि उनकी लगभग अनुकूल ही होती है। पर हमारे यहाँ इसी मधुमास में ही प्रथम बार प्रेमी-प्रेमिका बनने का अवसर मिलता है। इसलिए जब तक निकट से एक-दूसरे को समझकर पहली मंज़िल तय न कर लें, दूसरी मंज़िल तक पहुँचने में जल्द बाज़ी नहीं करनी चाहिए। असल में मधुमास बिताने की योजना दो प्रेमिकों की एक साथ छुट्टी बिताने के रूप में बनाई जानी चाहिए। दो अभिन्न मित्र चाँदनी रात में नदी के किनारे घुल-मिल के बातें करें, गुलाबी धूप में बाग-बगीचों में घूमें, रमणीय स्थानों में सैर-सपाटे के लिए निकल जाएँ, सिनेमा देखें, सरस साहित्य चर्चा करें, साथ ही साथ तैरें, नृत्य करें, खाने-पीने का आनन्द लें। एक-दूसरे की प्रशंसा करें, सजाएँ-सँवारें, दुलारें और सुहावनी चाँदनी रातों में पास-पास बैठकर या जाड़ों की सर्द रातों में गर्म बिछौने में आलिंगनबद्ध होकर प्रेम निवेदन करें।

यही रोमांस और बहारें मधुमास को आकर्षक, सरस, रंगीन और अविस्मरणीय

बना देगी और जब काफी अरसे के बाद दोनों जने पति-पत्नी के सम्बन्ध की घनिष्टता को समझने लग जायँ, रति-क्रीड़ा के रहस्य की गुत्थियों को मिलकर सुलझाने लगें, तब वे फिर एक बार मधुमास बिताने के लिए निकलें। यह द्वितीय मधुमास ही वास्तविक मधुमास होगा। अनुभवी पति-पत्नी के रूप में वे मधुमास का सच्चे अर्थ में आनन्द ले सकेंगे।

दाम्पत्य जीवन में सेक्स का बहुत महत्त्व है। उसे जो दम्पति ठीक से समझते हैं उनका यौवन प्रौढावस्था में भी खिला रहता है। सेक्स के प्रति स्वस्थ दृष्टिकोण प्रेम की ताजगी और आकर्षण को बनाए रखने में बड़ा सहयोग देता है। सेक्स केवल शारीरिक मिलन तक ही सीमित नहीं है। मन को उल्लास से भर देने, शारीरिक ग्रंथियों को सक्रिय रखने और शरीर में यौवन की ताजगी और उत्तेजना को क़ायम रखने में भी इसका बड़ा हाथ है। सेक्स जीवन को सफल बनाए रखने के लिए यह ज़रूरी है कि पति-पत्नी एक-दूसरे की माँग और सन्तुष्टि को अधिक महत्त्व दें।

मेरे पति अब मुझ प्यार नहीं करते, मुझमें रस नहीं लेते, या फिर अब इनमें पुंसत्व बाकी नहीं रहा। इसलिए ज़रूरत तो इस बात की है कि आप अपनी पत्नी के मन को जीतें। जब एक बार उसे यह विश्वास हो जाएगा कि आप उसके सच्चे प्रणयी हैं तो शरीर का समर्पण वह सहर्ष करेगी ही।

स्त्री और पुरुष के बीच में कोई चीज़ गोपनीय या अश्लील नहीं है इस बात को समझकर जब पत्नी शारीरिक सन्तुष्टि प्राप्त करने में सहयोग देती है, अपने शरीर के उत्तेजना केन्द्र और अनुकूल मर्दन, चुम्बन, आलिंगन के रहस्य को अनुभव के बल पर पति पर प्रकट करने में संकोच नहीं करती तभी पति का पुंसत्व सबल और सार्थक हो पाता है। पर इस क्षेत्र में पुरुषों की सन्देहात्मक प्रवृत्ति भी बड़ी बाधक है। एक नवोढ़ा को उसकी भावज ने रति क्रिया के विषय में कुछ मर्म की बातें बताईं। जब उसने अपनी यह जानकारी पति पर प्रकट की तो उसने तुरन्त पूछा—बताओ तुम्हें यह गुर की बात कैसे पता लगी? कुआरी लड़कियों को तो इन बातों का पता नहीं चल सकता। बहुत ज़िद करने पर उसने अपनी भावज का नाम बता दिया। तब जाकर उसके पति के मन की दुविधा मिटी। इसीलिए हमारे यहाँ स्त्रियाँ यदि कुछ बात समझती भी हैं तब भी संकोच के कारण कहना उचित नहीं समझतीं। इससे पुरुष को भी घाटा रहता है।

इस क्रिया में सफलता प्राप्ति की कोई अवधि नहीं हो सकती है कि एक साल के अन्दर ही पति-पत्नी एक-दूसरे को समझ लें। मैं ऐसे भी केस जानती हूँ जहाँ वर्षों के बाद पत्नी के सिखाने पर पुरुष इस काम में होशियार हुआ। परिणामस्वरूप जो आनन्द उन्हें आरम्भिक वैवाहिक जीवन में नहीं प्राप्त हुआ वह चार बच्चे हो जाने के बाद प्रौढ़ावस्था में जाकर अनुभव हुआ।

पाश्चात्य देशों में विवाह से पहले एक-दूसरे के प्रणयी होने, विचार समझने, भविष्य जीवन की सुखद कल्पना करने और योजना बनाने का स्त्री-पुरुष को मौका मिलता है। इसलिए मधुमास में शारीरिक समर्पण और आत्मसात होने की पृष्ठभूमि उनकी लगभग अनुकूल ही होती है। पर हमारे यहाँ इसी मधुमास में ही प्रथम बार प्रेमी-प्रेमिका बनने का अवसर मिलता है। इसलिए जब तक निकट से एक-दूसरे को समझकर पहली मंज़िल तय न कर लें, दूसरी मंज़िल तक पहुँचने में जल्द बाज़ी नहीं करनी चाहिए। असल में मधुमास बिताने की योजना दो प्रेमिकों की एक साथ छुट्टी बिताने के रूप में बनाई जानी चाहिए। दो अभिन्न मित्र चाँदनी रात में नदी के किनारे घुल-मिल के बातें करें, गुलाबी धूप में बाग-बगीचों में घूमें, रमणीय स्थानों में सैर-सपाटे के लिए निकल जाएँ, सिनेमा देखें, सरस साहित्य चर्चा करें, साथ ही साथ तैरें, नृत्य करें, खाने-पीने का आनन्द लें। एक-दूसरे की प्रशंसा करें, सजाएँ-सँवारें, दुलारें और सुहावनी चाँदनी रातों में पास-पास बैठकर या जाड़ों की सर्द रातों में गर्म बिछौने में आलिंगनबद्ध होकर प्रेम निवेदन करें।

यही रोमांस और बहारें मधुमास को आकर्षक, सरस, रंगीन और अविस्मरणीय

बना देंगी और जब काफी अरसे के बाद दोनों जने पति-पत्नी के सम्बन्ध की घनिष्ठता को समझने लग जायें, रति-क्रीडा के रहस्य की गुत्थियों को मिलकर सुलझाने लगें, तब वे फिर एक बार मधुमास बिताने के लिए निकलें। यह द्वितीय मधुमास ही वास्तविक मधुमास होगा। अनुभवी पति-पत्नी के रूप में वे मधुमास का सच्चे अर्थ में आनन्द ले सकेंगे।

दाम्पत्य जीवन में सेक्स का बहुत महत्त्व है। उसे जो दम्पत्ति ठीक से समझते हैं उनका यौवन प्रौढावस्था में भी खिला रहता है। सेक्स के प्रति स्वस्थ दृष्टिकोण प्रेम की ताजगी और आकर्षण को बनाए रखने में बड़ा सहयोग देता है। सेक्स केवल शारीरिक मिलन तक ही सीमित नहीं है। मन को उल्लास से भर देने, शारीरिक ग्रंथियों को सक्रिय रखने और शरीर में यौवन की ताजगी और उत्तेजना को कायम रखने में भी इसका बड़ा हाथ है। सेक्स जीवन को सफल बनाए रखने के लिए यह जरूरी है कि पति-पत्नी एक-दूसरे की मांग और सन्तुष्टि को अधिक महत्व दें।

11

प्रेम में सामंजस्य

आजकल के जमाने में वैवाहिक जीवन में कई एक समस्याएँ विचारणीय हैं, जिनमें से पति-पत्नी द्वारा परस्पर शारीरिक सम्बन्ध को सफलतापूर्वक निभाना, एक-दूसरे की पसन्द को समझकर तदनुसार एक-दूसरे का प्रिय बनने में सफलता प्राप्त करना, एक महत्त्वपूर्ण कार्य और कर्त्तव्य है।

पति-पत्नी के व्यक्तिगत सम्बन्धों में प्रेम में सामंजस्य स्थापित होना परमावश्यक है। अंग्रेजी में इसे 'सैक्सुअल एडजस्टमेंट' (Sexual Adjustment) कहते हैं। जब तक

पति-पत्नी सच्चे अर्थ में एक-दूसरे के सेज के साथी नहीं बनते, वैवाहिक जीवन में उनकी पटरी ठीक से जमकर नहीं बैठती।

अधिकांश दम्पति रति-क्रीड़ा की बारीकियों को नहीं समझते। आत्मतुष्टि के लिए प्रकृति उन्हें जो कुछ करने की प्रेरणा देती है उस तरह कुछ करके वे सन्तुष्टि अनुभव करने की चेष्टा करते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि प्रेम-मिलन शरीर और आत्मा को आनन्दविभोर न करके 'गुनाह बेलज्जत' वाली अनुभूति छोड़ जाता है। पत्नी सोचती है, 'भला यह क्या हुआ? अभी तो मैं रगत में भी नहीं आई थी और पटाक्षेप भी हो गया और यदि कहीं इसके परिणामस्वरूप कहीं गर्भ रह गया तो मुझे अनचाहे बच्चों की माँ बनना पड़ेगा।' यह भी एक कारण है जो स्त्री को आत्मसमर्पण करने से रोकता है।

अभी भी हमारे देश में स्त्री का रति-क्रीडा में सक्रिय सहयोग देना एक हद तक निर्लज्जता समझी जाती है। सेक्स की शिक्षा हमारे देश में स्त्रियों को तो बिलकुल मिलती ही नहीं है। पुरुष भी प्रायः इससे अनभिज्ञ होते हैं। बहुत हुआ तो वे अपनी माँग की व्याख्या कर लेंगे। परन्तु नारी को रहस्यमयी कहकर उसकी इच्छा को समझने की चेष्टा ही नहीं करते। असल में स्त्री रस की खान है। कोई पुरुष शरीर से चाहे कितना भी बलवान क्यों न हो, स्त्री के सहयोग के बिना वह सेज का सफल खिलाड़ी नहीं बन सकता।

पुंसत्व को सार्थक करें—पुरुष दाता है, स्त्री ग्रहण करने वाली है। इसीलिए प्रेम निवेदन में पुरुष की शारीरिक समर्थ और स्त्री का मूड इन दो बातों का बड़ा महत्त्व है। स्त्री पुरुष को आकृष्ट करके उत्तेजना देती है। स्त्री-पुरुष का शारीरिक मिलन चरमोत्कर्ष को पहुँचकर एक-दूसरे के परमानन्द का कारण बन सकता है, यह तभी सम्भव है यदि पत्नी-पति एक दूसरे की सन्तुष्टि का ध्यान रखें। केवल बच्चे हो जाना ही पुरुष के पुरुषत्व की निशानी नहीं है, अपितु नारी को पूर्ण रूप से पा लेने में, उसके आत्मसमर्पण को आदर और प्रेम-पूर्वक स्वीकार कर उसे आनन्दविभोर कर देने में ही उसके पुरुषत्व की सार्थकता है।

एक बहन मेरे पास आई। उसके सात बच्चे थे। उसका पति खूब स्वस्थ और सुन्दर था, पर पत्नी के चेहरे से ऐसा लगता था मानो वह सब कुछ देकर हीन हो गई है, लुट गई है। उसकी साध अधूरी रह गई है। उसने मुझे बताया कि पति को समर्पण करने में उसे बड़ा शारीरिक और मानसिक कष्ट होता है। वह रिलेक्स नहीं कर पाती। मिलन के बाद वह एक प्रकार की आत्म-ग्लानि से भर उठती है।

उस बहन का मनोवैज्ञानिक अध्ययन करने के बाद मैं इस निर्णय पर पहुँची कि उसका पति दिनभर अपने काम में व्यस्त रहता है। उसके पास इतना समय नहीं कि पत्नी के प्रति एक प्रेमी की तरह भी व्यवहार कर सके। बस कमाई उसके हाथ में सौंप दी, बच्चे हो गए, उसी में मानो उसका कर्तव्य पूरा हो गया। जब उसे जरूरत हुई, पत्नी के शरीर पर अधिकार कर लिया। अपनी सन्तुष्टि कर वह तो पीठ मोड़कर सो जाता था और बेचारी पत्नी लुटी हुई-सी, रो-रोकर तकिया भिगोती पड़ी रहती थी।

हमारे देश में पति द्वारा पत्नी पर इस प्रकार के बलात्कार की कहानियाँ आम

सुनने को मिलती हैं। अगर नारी को यह पता चलता है कि मेरा पति मेरा प्रेमी नहीं है, मुझे पसन्द नहीं करता, मुझे रिझाने या मेरे प्रेम को जीतने की उसकी चाहना नहीं है तो उसके हृदय पर वड़ा धक्का लगता है। कुदरत ने नारी को अमर प्रेमिका वनाया है। जव तक उसे कोई प्रेम करता है वह प्रेमिका है, युवती है, सुन्दरी है और आनन्ददायिनी है। वह अपना प्रेम शव्दों में न कहकर अपने कार्यों में, अपनी मोहक अदाओं से प्रकट करती है। वह अपने पुरुष के लिए घर सजाती है, अच्छा भोजन पकाती है, वच्चों को सँभालती है, पुरुष की सुख-शान्ति का ध्यान रखती है, उसकी रुचि के अनुकूल सजती-सँवरती है। उसके ये सव कार्य मानो उसके प्रेम की अभिव्यक्ति करते हैं। प्रेम की कुछ इसी ढंग से अभिव्यक्ति वह पुरुष से भी चाहती है। पत्नी को केवल मौके पर सेज पर दुलारने या प्रशंसा करने से इतना प्रभाव नहीं पड़ता जितना कि दिन-प्रतिदिन के व्यवहार में पति द्वारा पत्नी को पसन्द आने वाली छोटी-छोटी वातों का ध्यान रखने से।

मोहिनी के पति अमीर हैं। घर में सव तरह का सुख है पर मोहिनी को अपनी सहेली पुष्पा के भाग्य पर ईर्ष्या है। पुष्पा उसकी पड़ोसिन है। उसका पति स्कूल में टीचर है, पर उनका पारिवारिक जीवन वड़ा सुखी है। मोहिनी का कहना है कि मेरे पति ने कभी मेरी पसन्द, रुचि या इच्छा का ध्यान नहीं रखा। पर मैं देखती हूँ कि पुष्पा के पति महीने में एक दिन उसे अपने साथ सिनेमा दिखाने ले जाते हैं। शाम को स्कूल से लौटकर वह अपना स्कूल का काम जल्दी-जल्दी निवटा लेते हैं। इस वीच में पुष्पा भी जल्दी से भोजन पकाकर तैयार हो जाती है। चाय पीकर दोनों शाम को चहकते हुए इकट्ठे घूमने जाते हैं। इतवार के दिन घर साफ करने, सजाने में पति भी सहयोग देता है ताकि पत्नी को कुछ समय आराम करने को भी मिल जाय। पति को यह पता है कि पत्नी को फूलों का वड़ा शौक है। इसलिए हर रोज़ शाम को फूलों का गजरा अथवा फूल की कोई कली लेकर मास्टरजी खुद उसके जूड़े को सजा देते हैं। पुष्पा उस गजरे या कली को संवारती हुई जव वाहर के ताले

की चाबी मुझे देने आती है तो उसका चेहरा प्रेम मे गद्गद्-सा दिखता है। उसकी मुसकराती हुई आँखें, लज्जा से लाल कपोल, इठलाती हुई चाल देखकर यह समझते देर नही लगती कि मानो इस गजरे को पाकर वह त्रिलोक का राज्य पा गई है। मास्टरजी अपनी पत्नी का जन्मदिन और विवाह-दिवस मनाना भी नही भूलते। पुष्पा उनकी जरा-जरा-सी प्यार की बातें, उनकी साधारण-सी चीज का कितनी बार उल्लेख करती है। अपने पति में एक अमर प्रेमी और प्रशंसक पाकर पुष्पा का जीवन कितना धन्य हो गया है! आज उनके विवाह को दस वर्ष हो गए हैं, पर उनका प्यार कितना ताजा और सजीव है! मैं यदि पुष्पा से जरा-सी ठिठोली कर दूँ तो वह एक नवोढ़ा की तरह लज्जा से लाल हो जाती है। मैं सोचती हूँ कि मुझे भगवान ने सब कुछ दिया पर हाय! हमारे प्रेम की ताजगी क्यों नष्ट हो गई?

मोहिनी की-सी शिकायत अन्य कई बहनों को भी है। दिन-प्रतिदिन के व्यवहार मे पति द्वारा उपेक्षा, कठोरता या दिनचर्या मे नीरसता प्रेम की ताजगी को नष्ट कर देती है। फिर शयन कक्ष मे पति-पत्नी का व्यवहार भी एक-दूसरे के प्रति मानो दाल-भात का कौर-सा महत्त्वहीन हो जाता है।

पुरुष को यह बात अच्छी तरह से समझ लेनी चाहिए कि शादी करके पुरुष हमेशा के लिए स्त्री को सिर्फ एक बार की प्रणय चेष्टाओं द्वारा जीत नही लेता है। उसे प्रत्येक बार मैथुन करने के पूर्व स्त्री को आकर्षित और विमोहित करना चाहिए, क्योंकि रति-क्रिया विवाह की सूचक होती है।

इस मामले मे हमें पशु-पक्षियों से बहुत-कुछ सीखना है। जब वे मौसम में हों, आप उनकी अदाएँ देखें। नर अपनी मादा के हजार नखरे झेलता है, उसे चाटकर-चूमकर अपना प्यार जताता है। उसके संग किलोलें कर, उसके सामने नाचकर, उछल-कूदकर उसे रिझाता है। उसके शरीर को अपनी चोंच, पंजों या जीभ से सहलाकर आनन्दित करता है। इस प्रकार अपना प्रणय निवेदन करता हुआ प्रेम-क्रिया मे वह अपनी मादा की अनुकूलता और सहयोग पाने का इच्छुक बना रहता है। मादा के ऋतु मे आने पर ही उसकी माँग को समझकर ही नर आगे बढ़ता है परन्तु इन्सान इस मामले मे बहुत पिछड़ा हुआ है। पुरुष भला कब ख्याल करता है कि स्त्री दिनभर की थकी हुई है? बच्चों से परेशान है, पारिवारिक कलह से उसका मन बुझा हुआ है। बिना नारी का मूड समझे, उसके मानस मे हिलोर उठाए, उसके चित्त को गुदगुदाए जो पुरुष आगे बढ़ता है, वह अपने पुरुषत्व को एक कमजोर जामा पहनाता है।

'नर को इस प्रकार से व्यवहार करना जरूरी होता है जिससे मादा अनुकूल स्थिति में आ जाय और चूँकि नर इस कार्य में अधिक सक्रिय भाग लेता है, इसलिए वह प्रणय की एक अद्भुत और आकर्षक टेक्नीक का विकास कर लेता है। मादा संकोच और हाव-भाव दिखाकर उसे परे हटाती है, जिससे वह नर को और अधिक आकर्षित और मोहित कर देती है और इस बात के लिए मजबूर कर देती है कि वह उसे भी उतनी ही

अधिक उत्तेजित अवस्था में ले आए।'

यह एक ऐसा खेल है जिसकी सफलता दोनों खिलाड़ियों की शारीरिक स्वस्थता और मानसिक प्रसन्नता पर निर्भर है। दोनों ही एक-दूसरे को प्रसन्न करने के लिए चेष्टा करें, एक-दूसरे की सुविधा का ध्यान रखें, साथ-साथ आगे बढ़ें, एक-दूसरे को प्रेरणा और उत्तेजना दें, तभी यह रसमय खेल बराबर के जोड़ पर खतम हो सकता है।

पति को इस बात का हमेशा ध्यान रखना चाहिए कि हर बार संभोग के पहले स्त्री को कोमलता से आकर्षित और उत्तेजित करे और जब स्त्री तक स्वयं भी समागम की इच्छा न करे और शारीरिक रूप से तैयार न कर ली जाय, उस समय तक कभी भी मैथुन न करे।

पर अधिकांश पुरुष अपनी सन्तुष्टि करने के बाद पत्नी की ओर ध्यान भी नहीं देते। असल में पुरुष का प्रेमी रूप तो इस क्रिया की समाप्ति पर ही कसौटी पर कसा जाता है। क्रिया से पहले का रूप तो लुब्ध प्रशंसक का होता है, पर बाद का सन्तुष्ट प्रेमी का।

बहुत कम पुरुष इस बात को जानने की चेष्टा करते हैं कि उनकी पत्नी भी चरमोत्कर्ष (Orgasm) की अनुभूति करती है कि नहीं? इस मामले में कई पुरुष तो इतने अन्धकार में होते हैं कि उन्हें इस बात का भी पता नहीं होता कि स्त्री को भी ऐसी अनुभूति हो सकती है और रति-क्रिया को सफल बनाने के लिए स्त्री को इसकी अनुभूति होनी ज़रूरी है। सेज की क्रिया को सफल करने के लिए पुरुष को निम्नलिखित बातों का ध्यान रखना ज़रूरी है—

1. स्त्री की सुख-सुविधा और मूड का ध्यान रखकर उसे सेज का साथी बनने का निमन्त्रण दें। इस बारे में एक-दो दिन पहले से ही योजना बना लें। यदि दूसरे दिन छुट्टी हो तो अधिक अच्छा है इसलिए अधिकांश लोगों के लिए शनिवार का दिन अधिक उपयुक्त रहता है।

2. इस बात का खास ध्यान रखा जाय कि आपके व्यवहार, लहजे या विचारों से पत्नी का मन रीझा रहे। आप अपनी प्रशंसा और सहयोग से उसे प्रसन्न रखें। आपकी ठठोली और छेड़खानी उसके मानस को गुदगुदा देने वाली हो। अपने दुलार-प्यार से उसके हृदय में मिलन की उत्कंठा उत्पन्न कर दें। इस प्रकार की तैयारी से आपको एक बड़ा लाभ यह होगा कि थोड़ी-सी चेष्टा से आपको उसे आनन्दित करने में सफलता मिल सकेगी।

3. शयन कक्ष में शान्ति और सुविधा होनी ज़रूरी है। एकान्त या सुरक्षा के अभाव में प्रेम-निवेदन में बड़ा खलल पड़ता है। कमरे में रोशनी धीमी रखें। कमरे की सजावट सुन्दर हो। रेडियो पर धीमा-धीमा संगीत बजता हो तो और भी अच्छा है। टेबिल पर पीने को पानी तथा अन्य आवश्यक सामान पहले से रख लें।

4. उस दिन भोजन सोने से तीन घंटे पहले ही कर लें। भोजन हलका करें। पेट में भारीपन या कब्ज़ियत नहीं होनी चाहिए।

5. शरीर की सफाई का विशेष ध्यान रखें। शरीर और मुँह की गन्ध रुचिकर होनी

चाहिए। वस्त्र साफ पहनें। बिस्तरा साफ होना चाहिए ; अन्यथा आपके आलिंगन और चुम्बन में स्त्री को सुख नहीं मिलेगा।

स्त्रियाँ बहुत बारीकी से सौन्दर्य को परखती हैं। जो पुरुष अस्त-व्यस्त वेशभूषा, गन्दी बगलें, व्यवहार में अशिष्ट और शील-संकोच से हीन होते हैं उनके प्रति स्त्रियों के मन में एक घृणा समा जाती है। कठोर वाणी, बुरे हाव-भाव, असंस्कृत शब्दावली ये बातें स्त्री के मन को बुझा देती हैं। इसलिए आप अपने दैनिक जीवन में कुरूपता मत बिखेरें क्योंकि इसका बुरा प्रभाव अप्रकट रूप से आपके दाम्पत्य जीवन पर पड़ता है।

6. आप प्रेम अभिनय में स्त्री की रुचि, सुखकर आसान, आलिंगन, चुम्बन, मर्दन आदि में उसके आनन्द का ध्यान रखें। स्त्री के शरीर में उत्तेजना के जो केन्द्र हैं उनसे आप परिचित रहें। आपका प्रत्येक कार्य उसके लिए सुखकर और प्रीतिकर होना चाहिए। आप उसे कब सक्रिय चाहते हैं, इसका संकेत उसे देते रहें। स्त्री अपने मन की बात, अपने शरीर का भेद और अपनी मनोस्थिति से आपको तभी परिचित कराएगी जबकि आप उसका पूर्ण विश्वास प्राप्त कर सकेंगे। कई बार ऐसा होता है कि स्त्री परिस्थिति को पुरुष से अधिक जल्दी समझ जाती है। पुरुष गुरु होते हुए भी बारीकियों से अनभिज्ञ रहता है। ऐसी सूरत में यदि वह पत्नी को रंगत में लाकर प्यार से उसके शरीर की प्रतिक्रिया, उत्तेजना और अनुभूति को कहने की प्रेरणा दे तो स्त्री निःसंकोच होकर उसका मार्ग-प्रदर्शन कर सकती है। जब स्त्री-पुरुष को यह विश्वास हो जाए कि वे दोनों परस्पर केवल अपने सुख के लिए नहीं, परन्तु एक-दूसरे की सन्तुष्टि के लिए प्रयत्नशील हैं, तब पर्दे या संकोच की कोई बात ही नहीं रह जाती।

दम्पति की परस्पर एकाकार हो जाने की इच्छा ही सर्वोपरि होती है। दाम्पत्य जीवन में प्रणय-क्रीड़ा इस उद्देश्य की प्राप्ति में बहुत महत्त्वपूर्ण सहयोग देती है। रति-क्रीड़ा में यह इकाई-भाव की अनुभूति अपनी उत्कर्ष को पहुँच जाती है। जब पति-पत्नी मिलकर इस चरमोत्कर्ष को प्राप्त करने के लिए प्रयत्नशील होते हैं तो दोनों जन मिलकर जो सुखद अनुभूति करते हैं वही अनुभूति उन्हें एक इकाई बनाने का माध्यम बन जाती है।

सेक्स के प्रति कई लोगों की भावना दूषित है इसका एक कारण यह भी है कि सेक्स से उनका परिचय बहुत कुत्सित और गलत ढंग से हुआ होता है। यह तो एक कला है जिसमें कि दम्पति धीरता, अक्लमन्दी और चतुराई से व्यवहार करते हुए निपुणता प्राप्त करते हैं। पशु-पक्षियों में यह क्रिया केवल सन्तान उत्पन्न करने के लिए की जाती है। इसमें शरीर धर्म के कारण उन्हें आनन्द अवश्य आता है, पर उचित-अनुचित का ध्यान उन्हें नहीं होता। पर मनुष्य अपने चुनाव से लेकर चरमोत्कर्ष तक इस क्रिया को सुन्दर और सुखद बना सकता है। पति-पत्नी के मिलन की ये सुखद स्मृतियाँ वृद्धावस्था में भी उनके जीवन को सरस बनाए रखती हैं। एक ही समय में परस्पर सुखद अनुभूति के सूत्र में बाँध कर जो एकाकारिता प्राप्त होती है वह स्वयं में एक कलात्मक सफलता

अधिक उत्तेजित अवस्था में ले आए।'

यह एक ऐसा खेल है जिसकी सफलता दोनों खिलाड़ियों की शारीरिक स्वस्थता और मानसिक प्रसन्नता पर निर्भर है। दोनों ही एक-दूसरे को प्रसन्न करने के लिए चेष्टा करें, एक-दूसरे की सुविधा का ध्यान रखें, साथ-साथ आगे बढ़ें, एक-दूसरे को प्रेरणा और उत्तेजना दें, तभी यह रसमय खेल बराबर के जोड़ पर खतम हो सकता है।

पति को इस बात का हमेशा ध्यान रखना चाहिए कि हर बार संभोग के पहले स्त्री को कोमलता से आकर्षित और उत्तेजित करे और जब स्त्री तक स्वयं भी समागम की इच्छा न करे और शारीरिक रूप से तैयार न कर ली जाय, उस समय तक कभी भी मैथुन न करे।

पर अधिकांश पुरुष अपनी सन्तुष्टि करने के बाद पत्नी की ओर ध्यान भी नहीं देते। असल में पुरुष का प्रेमी रूप तो इस क्रिया की समाप्ति पर ही कसौटी पर कसा जाता है। क्रिया से पहले का रूप तो लुब्ध प्रशंसक का होता है, पर बाद का सन्तुष्ट प्रेमी का।

बहुत कम पुरुष इस बात को जानने की चेष्टा करते हैं कि उनकी पत्नी भी चरमोत्कर्ष (Orgasm) की अनुभूति करती है कि नहीं? इस मामले में कई पुरुष तो इतने अन्धकार में होते हैं कि उन्हें इस बात का भी पता नहीं होता कि स्त्री को भी ऐसी अनुभूति हो सकती है और रति-क्रिया को सफल बनाने के लिए स्त्री को इसकी अनुभूति होनी ज़रूरी है। सेज की क्रिया को सफल करने के लिए पुरुष को निम्नलिखित बातों का ध्यान रखना ज़रूरी है—

1. स्त्री की सुख-सुविधा और मूड का ध्यान रखकर उसे सेज का साथी बनने का निमन्त्रण दें। इस बारे में एक-दो दिन पहले से ही योजना बना लें। यदि दूसरे दिन छुट्टी हो तो अधिक अच्छा है इसलिए अधिकांश लोगों के लिए शनिवार का दिन अधिक उपयुक्त रहता है।

2. इस बात का खास ध्यान रखा जाय कि आपके व्यवहार, लहजे या विचारों से पत्नी का मन रीझा रहे। आप अपनी प्रशंसा और सहयोग से उसे प्रसन्न रखें। आपकी ठठोली और छेड़खानी उसके मानस को गुदगुदा देने वाली हो। अपने दुलार-प्यार से उसके हृदय में मिलन की उत्कंठा उत्पन्न कर दें। इस प्रकार की तैयारी से आपको एक बड़ा लाभ यह होगा कि थोड़ी-सी चेष्टा से आपको उसे आनन्दित करने में सफलता मिल सकेगी।

3. शयन कक्ष में शान्ति और सुविधा होनी ज़रूरी है। एकान्त या सुरक्षा के अभाव में प्रेम-निवेदन में बड़ा खलल पड़ता है। कमरे में रोशनी धीमी रखें। कमरे की सजावट सुन्दर हो। रेडियो पर धीमा-धीमा संगीत बजता हो तो और भी अच्छा है। टेबिल पर पीने को पानी तथा अन्य आवश्यक सामान पहले से रख लें।

4. उस दिन भोजन सोने से तीन घंटे पहले ही कर लें। भोजन हलका करें। पेट में भारीपन या कब्जियत नहीं होनी चाहिए।

5. शरीर की सफाई का विशेष ध्यान रखें। शरीर और मुंह की गन्ध रुचिकर होनी

चाहिए। वस्त्र साफ पहनें। बिस्तरा साफ होना चाहिए; अन्यथा आपके आलिंगन और चुम्बन में स्त्री को सुख नहीं मिलेगा।

स्त्रियाँ बहुत बारीकी से सौन्दर्य को परखती हैं। जो पुरुष अस्त-व्यस्त वेशभूषा, गन्दी बगलें, व्यवहार में अशिष्ट और शील-सकोच से हीन होते हैं उनके प्रति स्त्रियों के मन में एक घृणा समा जाती है। कठोर वाणी, बुरे हाव-भाव, असंस्कृत शब्दावली ये बातें स्त्री के मन को बुझा देती हैं। इसलिए आप अपने दैनिक जीवन में कुरूपता मत बिखेरें क्योंकि इसका बुरा प्रभाव अप्रकट रूप से आपके दाम्पत्य जीवन पर पड़ता है।

6. आप प्रेम अभिनय में स्त्री की रुचि, सुखकर आसान, आलिंगन, चुम्बन, मर्दन आदि में उसके आनन्द का ध्यान रखें। स्त्री के शरीर मे उत्तेजना के जो केन्द्र है उनसे आप परिचित रहें। आपका प्रत्येक कार्य उसके लिए सुखकर और प्रीतिकर होना चाहिए। आप उसे कब सक्रिय चाहते हैं, इसका संकेत उसे देते रहें। स्त्री अपने मन की बात, अपने शरीर का भेद और अपनी मनोस्थिति से आपको तभी परिचित कराएगी जबकि आप उसका पूर्ण विश्वास प्राप्त कर सकेंगे। कई बार ऐसा होता है कि स्त्री परिस्थिति को पुरुष से अधिक जल्दी समझ जाती है। पुरुष गुरु होते हुए भी बारीकियों से अनभिज्ञ रहता है। ऐसी सूरत में यदि वह पत्नी को रंगत मे लाकर प्यार से उसके शरीर की प्रतिक्रिया, उत्तेजना और अनुभूति को कहने की प्रेरणा दे तो स्त्री निःसकोच होकर उसका मार्ग-प्रदर्शन कर सकती है। जब स्त्री-पुरुष को यह विश्वास हो जाए कि वे दोनो परस्पर केवल अपने सुख के लिए नही, परन्तु एक-दूसरे की सन्तुष्टि के लिए प्रयत्नशील हैं, तब पर्दे या सकोच की कोई बात ही नहीं रह जाती।

दम्पति की परस्पर एकाकार हो जाने की इच्छा ही सर्वोपरि होती है। दाम्पत्य जीवन मे प्रणय-क्रीड़ा इस उद्देश्य की प्राप्ति मे बहुत महत्त्वपूर्ण सहयोग देती है। रति-क्रीडा में यह इकाई-भाव की अनुभूति अपनी उत्कर्ष को पहुँच जाती है। जब पति-पत्नी मिलकर इस चरमोत्कर्ष को प्राप्त करने के लिए प्रयत्नशील होते हैं तो दोनों जन मिल-कर जो सुखद अनुभूति करते हैं वही अनुभूति उन्हे एक इकाई बनाने का माध्यम बन जाती है।

सेक्स के प्रति कई लोगों की भावना दूषित है इसका एक कारण यह भी है कि सेक्स से उनका परिचय बहुत कुत्सित और गलत ढंग से हुआ होता है। यह तो एक कला है जिसमे कि दम्पति धीरता, अक्लमन्दी और चतुराई से व्यवहार करते हुए निपुणता प्राप्त करते हैं। पशु-पक्षियों मे यह क्रिया केवल सन्तान उत्पन्न करने के लिए की जाती है। इसमें शरीर धर्म के कारण उन्हे आनन्द अवश्य आता है, पर उचित-अनुचित का ध्यान उन्हें नहीं होता। पर मनुष्य अपने चुनाव से लेकर चरमोत्कर्ष तक इस क्रिया को सुन्दर और सुखद बना सकता है। पति-पत्नी के मिलन की ये सुखद स्मृतियाँ वृद्धावस्था में भी उनके जीवन को सरस बनाए रखती हैं। एक ही समय मे परस्पर सुखद अनुभूति के सूत्र में बाँध कर जो एकाकारिता प्राप्त होती है वह स्वयं में एक कलात्मक सफलता

अधिक उत्तेजित अवस्था में ले आए।'

यह एक ऐसा खेल है जिसकी सफलता दोनों खिलाड़ियों की मानसिक प्रसन्नता पर निर्भर है। दोनों ही एक-दूसरे को प्रसन्न एक-दूसरे की सुविधा का ध्यान रखें, साथ-साथ आगे बढ़ें, ए उत्तेजना दें, तभी यह रसमय खेल बराबर के जोड़ पर ख़तम ह

पति को इस बात का हमेशा ध्यान रखना चाहिए कि हर को कोमलता से आकर्षित और उत्तेजित करे और जब स्त्री त इच्छा न करे और शारीरिक रूप से तैयार न कर ली जाय, मैथुन न करे।

पर अधिकांश पुरुष अपनी सन्तुष्टि करने के बाद पत्नी की असल में पुरुष का प्रेमी रूप तो इस क्रिया की समाप्ति पर ही व क्रिया से पहले का रूप तो लुब्ध प्रशंसक का होता है, पर बाद क

बहुत कम पुरुष इस बात को जानने की चेष्टा करते हैं कि उ (Orgasm) की अनुभूति करती है कि नहीं? इस मामले अन्धकार में होते हैं कि उन्हें इस बात का भी पता नहीं होता वि भूति हो सकती है और रति-क्रिया को सफल बनाने के लिए स्त्री ज़रूरी है। सेज की क्रिया को सफल करने के लिए पुरुष को निम रखना ज़रूरी है—

1. स्त्री की सुख-सुविधा और मूड का ध्यान रखकर उसे निमन्त्रण दें। इस बारे में एक-दो दिन पहले से ही ये छुट्टी हो तो अधिक अच्छा है इसलिए अधिकांश लोगों उपयुक्त रहता है।

2. इस बात का खास ध्यान रखा जाय कि का मन रीझा रहे। आप अपनी प्रशंसा और और छेड़खानी उसके मानस को गुदगुदा देने में मिलन की उत्कंठा उत्पन्न कर दें। यह होगा कि थोड़ी-सी चेष्टा से

3. शयन कक्ष में शान्ति और में प्रेम-निवेदन में बड़ा खलल सुन्दर हो। रेडियो पर पीने को पानी तथा अन्य

4. उस दिन भोजन भारीपन या कब्ज़ियत

5. शरीर की

है। इसे प्राप्त करने के लिए शरीर, मन और कृत्य से सच्चा, सुन्दर और सरस होना पड़ता है।

पति-पत्नी एक-दूसरे के प्रति सच्ची सहानुभूति, प्रेम, सहयोग और समझदारी रखे बिना एक-दूसरे का विश्वास प्राप्त नहीं कर सकते। दिन-प्रतिदिन का व्यवहार, बातचीत और सहयोग—ये सभी बातें इस कला में सफलता प्राप्त करने में सहयोग देती हैं। यदि पुरुष पत्नी को अधिकार समझकर प्राप्त करता है या पत्नी केवल अपना कर्त्तव्य समझकर अथवा पति को अटकाए रखने के लिए शरीर समर्पण करती है तो उसमें भला क्या आनन्द? यह तो मानो केवल शरीर हलका करना हुआ। यह मिलन अन्तस्थल को नहीं छुएगा।

प्रेम केवल शरीर तक ही सीमित नहीं होता। इसका सम्बन्ध आत्मा से है। एक-दूसरे को चाहना, पसन्द करना, एक-दूसरे का प्रिय करना, वियोग में विकल हो उठना, उत्कण्ठा के साथ प्रतीक्षा करना, मिलने पर आनन्दित होना, नयनों में स्नेह भरकर मीठे वचन बोलना, एक-दूसरे के दुख-सुख में साझीदार बनना, एक-दूसरे की समस्याओं को सुलझाने का यथाशक्ति प्रयत्न करना, एक-दूसरे की न्यूनताओं और असफलताओं को सहना—ये सब बातें मानसिक प्रेम का रूप हैं। ये सब क्रियाएँ शारीरिक मिलन को सफल बनाने में सहयोग देती है।

परन्तु इस बात को नहीं भूलना चाहिए कि पति-पत्नी का एक-दूसरे के प्रति शारीरिक आकर्षण भी तीव्रतर होने से परस्पर समर्पण, समीपता, एकाकारिता, आनन्दप्रद हो उठती है और यह आनन्द दाम्पत्य जीवन को सरस और दृढ़ बना देता है। एक उम्र आती है जबकि शारीरिक मिलन की क्रिया असम्भव हो जाती है परन्तु सफल दम्पति का मन एक-दूसरे के प्रति तब भी प्रेम से लबालब भरा रहता है। एक-दूसरे का स्पर्श और संगति प्रिय लगती है। अतीत काल की सुखद और मन में हिलोर पैदा करने वाली स्मृति तब भी आयु से मन्द-ज्योति आँखों में प्रेम सरसा जाती है। उन्हें स्वर्गिक बना देती है।

पति-पत्नी को परस्पर एक-दूसरे के अनुकूल होकर रति-क्रिया को सफल बनाना चाहिए, तभी सच्चे अर्थ में वे सेज के साथी प्रमाणित हो सकते हैं। जिस प्रकार प्रत्येक कार्य अपनी गलतियों को सुधारने के बाद अनुभव और प्रयत्न से सफल होता है, उसी प्रकार यह क्रिया भी पूर्णता को प्राप्त हो सकती है। तब यह सफलता दोनों के लिए एक साझेदारी और गौरव का विषय बन जाती है। साधारण स्वास्थ्य वाला पुरुष और [illegible] स्त्री भी उसमें परस्पर सहयोग, समझदारी और धीरज से सफलता प्राप्त कर सकते हैं। जब कि असन्तोषी और [illegible] दम्पति एक-दूसरे को दोष देते हुए अनावश्यक रूप से अपने वैवाहिक जीवन को नष्ट कर लेते हैं। जो दम्पति इस विषय में सफलता प्राप्त कर लेते हैं उनके परस्पर सम्बन्ध में एक प्रकार की [illegible] और विश्वास पैदा हो जाता है। [illegible]

क्या नारी एक पहेली ?

"भाई, औरतों को समझना कठिन है। उनकी नाज़ुकमिजाज़ी से मुझे डर लगता है।

"क्यों, क्या बात हो गई ? भाभी से कुछ कहा-सुनी हो गई क्या ?" राकेश ने अपने मित्र मोहन से पूछा।

"कहा-सुनी तो भला क्या होगी ! मैं दफ़्तर से थका-हारा लौटा था, वह इठलाती हुई आईं और बोलीं, 'चलो आज कनाट प्लेस चलें। जानकीदास के यहाँ सेल लगी है, एक साड़ी हम भी खरीद लाएँ। तुम्हारी तरक्की हुई थी, तुमने साड़ी देने का वायदा किया था।'

"यह सुनकर मैंने बस इतना कह दिया— 'तो रुपए कौन भाग चले हैं ? तुम रुपये मुझसे ले लो, खुद जाकर किसी दिन खरीद लाना।' बस भाई, मेरा इतना कहना था कि उनके चन्द्रमुख पर बादल छा गए। रोने लगीं, बोलीं, 'साड़ी की कौन कमी है मुझे ? पर असल बात तो तुम्हारी पसन्द और खुशी की थी। मैंने कोई तुम पर टैक्स तो ...झे नहीं चाहिए तुम्हारी साड़ी !"

...राकेश बोला, "भाई, स्त्री भावना की भूखी होती है चीज़ की नहीं। काम

कि हम पुरुष नारी की मानसिक भूख की तुष्टि करना जानते तो घर-घर प्रेम बरसता। अधिकांशों का दाम्पत्य जीवन सुखी होता।

मिजाज के उतार-चढ़ाव का मनोवैज्ञानिक कारण—इसमें कोई सन्देह नहीं कि स्त्री की शारीरिक और मानसिक गठन कुछ ऐसी है कि कभी तो वह बड़ी कठोर हो जाती है, कभी भावुक और कभी बड़ी रोमांटिक बन जाती है। इस मामले में उसके मासिक धर्म का बड़ा हाथ होता है। उदाहरणार्थ जब उसका मासिक धर्म होने को होता है या जिन दिनों में मासिक धर्म चालू रहता है स्त्री की मानसिक स्थिति बहुत नाजुक होती है। ज़रा-सी बात से उसके मन को ठेस लग जाती है। मनोवेगों पर उसका नियन्त्रण कम हो जाता है। डाक्टरों और मनोवैज्ञानिकों ने जो आंकड़े इस विषय में इकट्ठे किए हैं उनसे यह बात स्पष्ट होती है कि अधिकांश रूप से इन्हीं दिनों दुर्बल मस्तिष्क महिलाएँ आत्महत्या करती हैं और उनमें बदला लेने की भावना भी इन्हीं दिनों प्रबल हो उठती है।

मासिक धर्म के बाद स्त्री के शरीर की ग्रंथियाँ कुछ दिनों तक हारमोन अधिक मात्रा में पैदा करती हैं। इससे उसके मन में सम्भोग की कामना जागती है। वह रोमेण्टिक मूड में आ जाती है। इस प्रकार कुदरत प्रत्येक स्त्री को मानो सन्तान धारण के अनुकूल व्यवहार करने की प्रेरणा देती है। पुरुष यदि स्वस्थ है, बलवान है तो वह उत्तेजना पाकर सेक्स एक्ट के लिए जल्द ही तैयार हो जाता है, परन्तु स्त्री की भोग की कामना हारमोन पैदा करने वाली ग्रंथियों के स्राव पर निर्भर करती है। यदि पुरुष स्त्री के मासिक धर्म के इस 'साइकिल' को समझ सके तो उसे तदनुसार स्त्री को सन्तुष्ट करने में बड़ी सहायता मिल सकती है। इसके लिए मासिक धर्म के बाद स्त्री के रोमेण्टिक मूड के पीरियड की पुरुष को इन्तज़ार होनी चाहिए। तभी स्त्री स्वयं को पुरुष के संग शारीरिक और आत्मिक रूप से एकाकार करने को उत्सुक होती है। उसका रोम-रोम पुरुष के आलिंगन का स्वागत करता है।

पुरुषों के लिए चाहे यह एक विचित्र बात हो, परन्तु यह सत्य है कि नारी के लिए पूर्ण समर्पण करना बड़े साहस का काम होता है। यह वह तभी कर पाती है जबकि वह उत्तेजना और वासना से बेहाल हो जाती है। कई महिलाओं ने अपनी इस अनुभूति को स्वीकार किया है कि उस समय नारी सुलभ लज्जा को तिलांजलि देकर वे जो सहयोग देती हैं या माँग अपने पति से करती हैं बाद में अपने सेज के साथी से उस विषय की चर्चा मात्र से उन्हें लज्जा अनुभव होती है। इसीलिए स्त्री पुरुष की सेज की सच्ची साथिन विवाह के कुछ साल बाद ही बन पाती है। मधुमास या प्रारम्भिक वर्षों में बहुत कम दम्पति उस सुख का अनुभव कर पाते हैं जो कि उन्हें प्रौढ़ावस्था में होता है। इसका मुख्य कारण यह है कि पुरुष कुछ वर्ष बाद ही नारी के सेक्स स्वभाव को समझ पाता है और तभी उसे पत्नी का पूर्ण सहयोग मिलता है।

स्त्री में यह नारीसुलभ लज्जा, संकोच और डर उसके कौमार्य की रक्षा करता है। हमारे देश में तो पति ही नारी का सेक्स-गुरु बनता है। विवाह के बाद ही हमारे यहाँ

12

क्या नारी एक पहेली ?

"भाई, औरतों को समझना कठिन है। उनकी नाजुकमिजाज़ी से मुझे डर लगता है।

"क्यों, क्या बात हो गई ? भाभी से कुछ कहा-सुनी हो गई क्या ?" राकेश ने अपने मित्र मोहन से पूछा।

"कहा-सुनी तो भला क्या होगी ! मैं दफ़्तर से थका-हारा लौटा था, वह इठलाती हुई आईं और बोलीं, 'चलो आज कनाट प्लेस चलें। जानकीदास के यहाँ सेल लगी है, एक साड़ी हम भी खरीद लाएँ। तुम्हारी तरक्की हुई थी, तुमने साड़ी देने का वायदा किया था।'

"यह सुनकर मैंने बस इतना कह दिया—'तो रुपए कौन भाग चले हैं ? तुम रुपये मुझसे ले लो, खुद जाकर किसी दिन खरीद लाना।' बस भाई, मेरा इतना कहना था कि उनके चन्द्रमुख पर बादल छा गए। रोने लगीं, बोलीं, 'साड़ी की कौन कमी है मुझे ? पर असल बात तो तुम्हारी पसन्द और खुशी की थी। मैंने कोई तुम पर टैक्स तो लगाया नहीं। मुझे नहीं चाहिए तुम्हारी साड़ी !"

यह सुनकर राकेश बोला, "भाई, स्त्री भावना की भूखी होती है चीज़ की नहीं। काश

कि हम पुरुष नारी की मानसिक भूख की तुष्टि करना जानते तो घर-घर प्रेम बरसता। अधिकांशों का दाम्पत्य जीवन सुखी होता।

मिज़ाज के उतार-चढ़ाव का मनोवैज्ञानिक कारण—इसमें कोई सन्देह नहीं कि स्त्री की शारीरिक और मानसिक गठन कुछ ऐसी है कि कभी तो वह बड़ी कठोर हो जाती है, कभी भावुक और कभी बड़ी रोमांटिक बन जाती है। इस मामले में उसके मासिक धर्म का बड़ा हाथ होता है। उदाहरणार्थ जब उसका मासिक धर्म होने को होता है या जिन दिनों में मासिक धर्म चालू रहता है स्त्री की मानसिक स्थिति बहुत नाज़ुक होती है। ज़रा-सी बात से उसके मन को ठेस लग जाती है। मनोवेगों पर उसका नियन्त्रण कम हो जाता है। डाक्टरों और मनोवैज्ञानिकों ने जो आंकड़े इस विषय में इकट्ठे किए हैं उनसे यह बात स्पष्ट होती है कि अधिकांश रूप से इन्हीं दिनों दुर्बल मस्तिष्क महिलाएँ आत्महत्या करती हैं और उनमें बदला लेने की भावना भी इन्हीं दिनों प्रबल हो उठती है।

मासिक धर्म के बाद स्त्री के शरीर की ग्रंथियाँ कुछ दिनों तक हारमोन अधिक मात्रा में पैदा करती हैं। इससे उसके मन में सम्भोग की कामना जागती है। वह रोमेण्टिक मूड में आ जाती है। इस प्रकार कुदरत प्रत्येक स्त्री को मानो सन्तान धारण के अनुकूल व्यवहार करने की प्रेरणा देती है। पुरुष यदि स्वस्थ है, बलवान है तो वह उत्तेजना पाकर सेक्स एक्ट के लिए जल्द ही तैयार हो जाता है, परन्तु स्त्री की भोग की कामना हारमोन पैदा करने वाली ग्रंथियों के स्राव पर निर्भर करती है। यदि पुरुष स्त्री के मासिक धर्म के इस 'साइकिल' को समझ सके तो उसे तदनुसार स्त्री को सन्तुष्ट करने में बड़ी सहायता मिल सकती है। इसके लिए मासिक धर्म के बाद स्त्री के रोमेण्टिक मूड के पीरियड की पुरुष को इन्तज़ार होनी चाहिए। तभी स्त्री स्वयं को पुरुष के संग शारीरिक और आत्मिक रूप से एकाकार करने को उत्सुक होती है। उसका रोम-रोम पुरुष के आलिंगन का स्वागत करता है।

पुरुषों के लिए चाहे यह एक विचित्र बात हो, परन्तु यह सत्य है कि नारी के लिए पूर्ण समर्पण करना बड़े साहस का काम होता है। यह वह तभी कर पाती है जबकि वह उत्तेजना और वासना से बेहाल हो जाती है। कई महिलाओं ने अपनी इस अनुभूति को स्वीकार किया है कि उस समय नारी सुलभ लज्जा को तिलांजलि देकर वे जो सहयोग देती हैं या माँग अपने पति से करती हैं बाद में अपने सेज के साथी से उस विषय की चर्चा मात्र से उन्हें लज्जा अनुभव होती है। इसीलिए स्त्री पुरुष की सेज की सच्ची साथिन *विवाह के कुछ साल बाद ही बन पाती है। मधुमास या प्रारम्भिक वर्षों में* बहुत कम दम्पति उस सुख का अनुभव कर पाते हैं जो कि उन्हें प्रौढ़ावस्था में होता है। इसका मुख्य कारण यह है कि पुरुष कुछ वर्ष बाद ही नारी के सेक्स स्वभाव को समझ पाता है और तभी उसे पत्नी का पूर्ण सहयोग मिलता है।

स्त्री में यह नारीसुलभ लज्जा, संकोच और डर उसके कौमार्य की रक्षा करता है। हमारे देश में तो पति ही नारी का सेक्स-गुरु बनता है। विवाह के बाद ही हमारे यहाँ

रोमांस शुरू होता है। अपने भारतीय जीवन की इस परम्परा को समझकर पुरुषों को अपनी पत्नी से विवाह के प्रारम्भिक काल में सेक्स एक्ट में सहयोग की अत्यधिक आशा करने की भूल नहीं करनी चाहिए। कई नवविवाहित पुरुषों को अपनी पत्नी के व्यवहार के प्रति इस मामले में शिकायत होती है। ऐसे पुरुष पाश्चात्य महिलाओं की प्रौढ़ता और अनुभव में अपनी पत्नी को न्यून पाकर पत्नी की अबोधता और मानसिक अपरिपक्वता से निराश भी होते हैं। पर वे भारतीय लड़कियों के घरेलू वातावरण और सामाजिक मान्यताओं को न समझते हुए ही ऐसा करने की ग़लती करते हैं।

ठीक से मार्ग-प्रदर्शन करें—यदि पुरुष आरम्भ से ही सेक्स जीवन के विषय में स्त्री का ठीक मार्ग-प्रदर्शन करे तो उसके आगे का मार्ग काफ़ी सरल हो सकता है। पर आम तौर पर नवयुवक पति इस मामले में ग़लती कर जाते हैं। उतावलेपन में या अपनी मर्दानगी की धाक जमाने के लिए वे सम्भोग में अति करते हैं। जैसा मैंने पहले भी बताया कि नवविवाहिता पत्नी रोमेण्टिक अधिक होती है, वासना की भूखी कम। उसके शरीर का सहयोग प्राप्त करने से पहले आपको उसके मन को अपने प्रेम, विश्वास व प्रणय-निवेदन से आनन्दविभोर करना होगा। उसका विश्वास प्राप्त करना होगा। जब तक नवोढ़ा आपको सम्पूर्ण रूप से समर्पण करने को तैयार नहीं, वह सम्भोग में आपकी पूरी साझेदार नहीं बन पाती। प्रेमक्रीड़ा के बाद उसके सामने एक प्रश्नचिह्न बन जाता है कि क्या यही वैवाहिक जीवन का आनन्द है ? पुरुष शायद स्त्री के शरीर का ही भूखा है। प्रेमी में रम जाने में जो आनन्द है वह भला स्वामी को बिना मानसिक रूप से तैयार हुए शरीर सौंप देने में भला कहाँ ?

इसीलिए विवाह के प्रारम्भिक वर्षों में पुरुष की जल्दबाजी कभी-कभी बड़ा कहर ढाती है। विशेष करके वे पुरुष, जो विवाह से पहले अनुभव प्राप्त किए होते हैं, अपनी अबोध पत्नी पर नीरसता और नासमझी का आरोप करने लगते हैं। इससे पत्नी का सहयोग प्राप्त करने में उन्हें और भी देर लगती है।

सेक्स से सुख—सम्भोग क्रिया में पूर्ण अनुभूति और चरम उत्कर्ष अभ्यास से ही प्राप्त होता है, और इसकी तीव्रता प्रत्येक महिला के मानसिक दृष्टिकोण और मनोवेगों के प्रकट करने पर निर्भर करती है। उदाहरणार्थ कोई महिला अपनी खुशी प्रगट करने के लिए खिलखिलाकर हँसती है, कोई केवल मुसकरा भर देती है। इसी तरह सम्भोग में चरम उत्कर्ष की घड़ी आने पर कई महिलाएँ विकल होकर, तड़पकर सिमट-सी जाती हैं, मानो वे अनुभूति के तूफान में से गुज़र रही हों; जबकि कुछ महिलाएँ अपनी इस अनुभूति को केवल हल्की-सी सीत्कार करके ही प्रकट कर देती हैं। इसलिए यह कहना अधिक ठीक होगा कि प्रत्येक महिला की अनुभूति और अभिव्यक्ति उसके स्वभाव और मनोवेगों को प्रकट करने की तीव्रता पर निर्भर करती है।

यदि पत्नी अपने आनन्द की अभिव्यक्ति संकोच के साथ करती है तो इसमें पति को चिंतित नहीं होना चाहिए। कई पुरुषों को यह ग़लतफहमी हो जाती है कि शायद उनमें

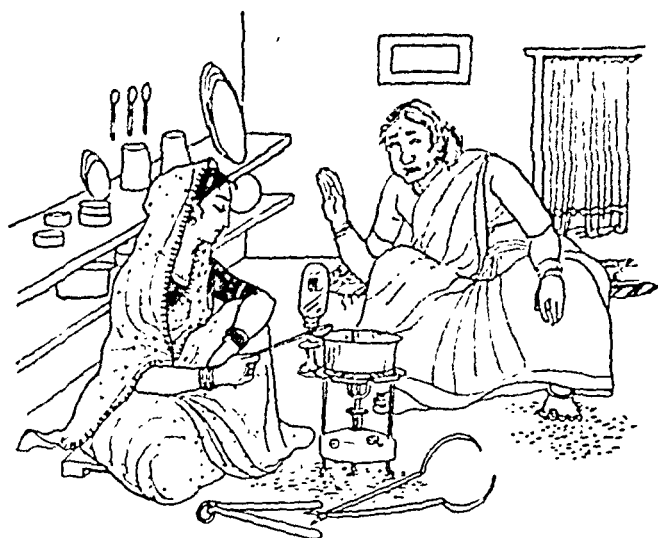
पुंसत्व कम है इसलिए पत्नी तीव्रता के साथ चरमोत्कर्ष का अनुभव नही करती। मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि कभी-कभी हृदय में कुछ चिन्ता, आर्थिक असुरक्षा की भावना, अन्य परिजनों का दुर्व्यवहार, अपने प्रति किया गया अन्याय आदि भी स्त्री की सम्भोग सुख की अनुभूति को दबा देता है।

शीतलता का कारण—जिन युवतियो का मासिक धर्म अनियमित और अस्वाभाविक मात्रा में होता है या जो माता बनने से डरती है उन्हे भी सम्भोग मे पूर्ण तुष्टि प्राप्त नहीं होती। मतलब यह कि सम्भोग सुख प्रदान करने और प्राप्त करने में प्रत्येक महिला की जनन शक्ति का बड़ा महत्त्व है। यदि किसी युवती को बचपन मे सेक्स और पुरुषों के विषय मे गलत ढग की जानकारी दी गई है या पुरुषो के बलात्कार के किस्से सुनकर उसके हृदय मे पुरुष मात्र के प्रति डर और सेक्स भावना के प्रति घृणा बैठ गई है तो सम्भोग क्रिया मे वह शीतल बनी रहेगी। उसमे सक्रिय रूप से भाग नही लेती। डाक्टर कार्ल रोगर्स (Dr. Carl Rogers) का कहना है कि जब स्त्री प्रेम मे शीतल रहे तो इसका यह मतलब नही कि उसमे कामवासना की कमी है परन्तु उसकी झिझक का कारण मनोवैज्ञानिक होता है। ऐसी स्त्री के पति को समझदारी, धीरज और प्रेम से पत्नी का विश्वास प्राप्त करना चाहिए। पत्नी का रमणी रूप पति ही निखार सकता है। जब कोई डर या झिझक स्त्री को खिलने मे बाधा देती है तो पति को चाहिए कि उसके लिए ऐसा वातावरण पैदा करे, जिसमे वह अपने विचार, आदर्श, अपने मन की घुटन आदि कह सके। ऐसे मामले में उपदेश देने, लेक्चरबाजी करने या डाटने-डपटने और अपने हृदय की निराशा प्रकट करने से उल्टा असर पड़ने की सम्भावना है। स्त्री जब स्वय को सुरक्षित वातावरण मे पाकर निस्संकोच व्यवहार करने लगेगी तो वह अपने मन की बात कह देगी और तब उसकी घुटन और खिचाव दूर हो जाएगा।

इसी तरह की एक केसहिस्ट्री का उल्लेख करती हूँ। रमणलाल जी अपने माँ-बाप के इकलौते बेटे थे। उनके पिता रिटायर्ड मास्टर थे। बेटा पढ-लिखकर स्थानीय कालिज मे प्रोफेसर हो गया। माँ-बाप ने अपने बेटे की शादी पर बड़ी उम्मीदें बाँधी। पर रमणलालजी ने अपने मनपसन्द की एक सहपाठिनी से शादी कर ली। इससे घर में काफी क्लेश मचा। न तो रमणलाल अपने माता-पिता को छोड सकते थे, न पत्नी को। चिढकर उनकी माँ ने बहू का जीवन दूभर कर दिया। वह हर चन्द यह कोशिश करती कि बहू को लड़के से मिलने का मौका न मिले। सुबह तडके से रात के बारह बजे तक उसे काम में जोते रखती। थकी-हारी पत्नी रात को बारह बजे शयन कक्ष में घुसती। उस समय तक पति महोदय एक नींद ले चुके होते। थकी-हारी पत्नी को पति की छेड़खानी या प्रणय निवेदन जरा भी न सुहाता।

एक दिन रमणलाल डाक्टर साहब के पास आकर बोले, "क्या बताऊ, मैं तो शादी के बाद बड़ा परेशान हो गया हूँ। कमला (पत्नी) की सेहत ही गिरती जा रही है। वह किसी तरह से मेरी बात ही नही मानती। यदि मैं उसे छूता हूँ तो मेरा हाथ हटा देती

है। एक-दो बार मैंने अपनी मनचाही की भी परन्तु वह तो अपना बदन अकड़ा लेती है। मुझे स्पष्ट प्रतीत होता है कि उसे सम्भोग में आनन्द न होकर कष्ट होता है।"

शाम को जब कमला मुझसे मिली तो मैंने सहानुभूतिपूर्वक उससे बात की। वह सिसकने लगी, बोली, "मेरे दिन तो बड़ी यातना में बीत रहे हैं। हम लोगों ने प्रेम-विवाह किया, पर प्रेम पनपने के लिए अनुकूल वातावरण भला कहाँ मिला ? सास मुझे दिन-रात तानों से छेदती रहती है कि मानो मैंने उनके बेटे को उनसे छीन लिया है। सास का विश्वास है कि यदि मेरे संग उनका विवाह न होता तो उन्हें हज़ारों का दहेज मिलता।

मैं दिनभर सुबह से शाम तक इस थकावट और खिन्नता पैदा करने वाले वातावरण में पिसती रहती हूँ। अब आप ही बताइए कि मुझमें कहाँ दम है इनके रस-रंग में भाग लेने का ? यह अपनी जान बचाते हैं। इन्होंने यह कभी नहीं पूछा कि इतना सब अत्याचार मैं कैसे सहती हूँ ? इसकी क्या इन्हें फिक्र नहीं होनी चाहिए ? कहावत है कि मचला आदमी सब ज़िम्मेदारियों से बचा रहता है। यही नीति इन्होंने अख्तियार की हुई है। मुझे तो लगता है कि इनका प्रेम ही झूठा था। मेरा मन कुढ़-कुढ़ कर रह जाता है, फिर भला मैं सहर्ष समर्पण कैसे करूँ ?"

रमणलाल को जब समस्या सुलझती नहीं दिखी तो उन्होंने अपने शहर से काफ़ी दूर दूसरे नगर में नौकरी कर ली। अब उनका दाम्पत्य जीवन बड़ा सुखी है।

आजकल की सभ्यता में इन्सान को हर काम में जल्दबाजी रहती है। इस जल्दबाजी में प्रेम मुरझाने लगता है। इसलिए जीवन में हिलोर उठाने के लिए इस बात की बहुत जरूरत है कि गृहिणी और गृहस्वामी साल में कुछ दिन की छुट्टियाँ इकट्ठी बिताएँ ताकि उनके मधुमास की पुनरावृति हो सके। इससे उनकी प्रेमवेलि सिंचकर हरी हो जाएगी

और मानभर तक गृहस्थी की झंझटें, जल्दबाजी और मानसिक तनाव में भी उनका प्रेम लहलहाता रहेगा।

द्वितीय वय सन्धिकाल और सम्भोग—स्त्री की मांग को समझने के मामले में एक गलती पुरुष और करते हैं। वे समझते हैं कि प्रौढ़ावस्था में 45-50 के करीब पहुँचकर जब स्त्री का द्वितीय वय सन्धिकाल आता है और उसका मासिक धर्म बन्द हो जाता है, तो उसके बाद उसे भोग की कामना नहीं रहती। उनका ऐसा समझना भारी भूल है। जब 'ओवरी' में ओवम का गर्भाशय में उतरना प्रति मास बन्द हो जाता है तब मासिक धर्म भी बन्द हो जाता है। परन्तु कुदरत इस अभाव का नारी के शरीर में थायरेड (Thyroid) ग्रन्थि को अधिक सक्रिय करके पूरा कर देती है। गले में थायरेड ग्रन्थि के अधिक सक्रिय होने से अन्य ग्रन्थियाँ भी उससे अपना सामंजस्य स्थापित कर लेती हैं और शरीर में हारमोन का नया सन्तुलन कायम हो जाता है। कुछ स्त्रियों को इस द्वितीय वय सन्धिकाल में कतिपय शारीरिक अस्वस्थता तथा गर्मी अधिक महसूस होती है, सिर भारी-भारी रहता है, भूख कम हो जाना महसूस होता है। परन्तु ये सब शिकायतें दिनचर्या और भोजन में उचित परिवर्तन करने से दूर हो जाती हैं, ताकि शरीर का वजन बढ़ने न पाए।

कई लोगों का विचार है कि शायद मासिक धर्म बन्द हो जाने के बाद स्त्री जल्दी से बुढ़ाने लगती हैं। वैसे प्रत्येक व्यक्ति पूर्ण शारीरिक विकास को पाकर फिर ह्रास की तरफ ही बढ़ता है, परन्तु स्त्रियों के लिए मासिक धर्म का बन्द हो जाना कोई अस्वाभाविक तेजी के साथ बुढ़ापे के आने का पैगाम लेकर नहीं आता। यदि पति-पत्नी में प्रेम और मैत्री भाव है तो इस उम्र में दाम्पत्य प्रेम नवीन आकर्षण ले लेता है। क्योंकि बच्चे होने का डर मिट जाता है। पति-पत्नी एक-दूसरे की रुचि और पसन्द को समझकर व्यवहार करते हैं। इतने वर्षों के अनुभव से परस्पर सामंजस्य हो जाता है। अतएव उनका शारीरिक मिलन तीव्र अनुभूति पैदा करता है।

इस समय तक पारिवारिक जिम्मेदारियाँ प्रायः निबट जाती हैं। आर्थिक सुरक्षा भी प्राप्त हो जाती है। अतएव यही समय है वैवाहिक जीवन में द्वितीय मधुमास मनाने का। पति को चाहिए कि स्त्री को अपने प्रणय-निवेदन से मुग्ध करता रहे। इस उम्र में पति-पत्नी को एक-दूसरे के पूरक बनने की चेष्टा करनी चाहिए। एक-दूसरे का हाथ पकड़ वे इतनी जीवनयात्रा कर आए हैं, अतएव इस बात की चेष्टा करनी चाहिए कि प्रौढ़ावस्था के बाद भी वे एक-दूसरे की निकटता और सहयोग की सराहना करें। एक-दूसरे की रुचियों में दिलचस्पी लें और सच्चे अर्थ में जीवन-साथी बने रहें। इस उद्देश्य को प्राप्त करने में पति को विशेष प्रयत्नशील रहना चाहिए क्योंकि अधिकांश पुरुष यह सोचने लगते हैं कि अब पत्नी को भला मेरी क्या गर्ज। वह तो अपने बाल-बच्चे और घर-गृहस्थी लेकर मस्त है। यही गलतफहमी उसे पत्नी से दूर ले जाती है।

पति को यह बात नहीं भूलनी चाहिए कि जब तक वह अपनी पत्नी को एक प्रेमी

13

नारी, प्रेम और विवाह

पुरुष व नारी के दृष्टिकोण की विभिन्नता—एक नारी के लिए प्रेम करना इतना ही जरूरी है जितना कि भोजन करना। उसके जीवन का सन्तुलन, क्रियाशीलता, स्वाभाविकता और सार्थकता इस बात पर निर्भर करती है कि उसके प्रेम को ग्रहण करने वाला उसके प्रेम का मूल्यांकन कैसा करता है। नारी बदले में बिना कुछ पाए भी प्रेम कर सकती है, यदि उसको यह विश्वास हो जाय कि उसकी सेवा, त्याग और निस्वार्थ प्रेम उसके प्रियतम के जीवन में हरियाली बिखेरता है और वह अधिकार के रूप में नहीं, परन्तु एक वरदान के रूप में स्वीकार किया गया है। पुरुष साकार को ही प्रेम करता है। उसके प्रेम में शारीरिक लोभ का बहुत अधिक महत्त्व होता है। ऐसे अनेक उदाहरण मिल जाएँगे जबकि स्त्री अपने प्रियतम की मृत्यु के पश्चात् भी उसकी स्मृति को हृदय से चिपकाए रखकर उसके नाम पर उम्रभर वफादार बनी रही।

स्त्रियों का सम्पूर्ण जीवन मानो प्रेम वितरण और उसको सार्थक बनाने की चेष्टा का

एक इतिहास है। बचपन में वह अपने पिता, भाई, बहन और माँ को प्यार करती है और बड़े होकर वह स्वयं को अपने पति, बच्चे और परिजनों पर न्योछावर कर देती है। उसका जीवन प्रियजनों के लिए न्योछावर हो सके, इसमें उसे बड़ी सन्तुष्टि मिलती है। असल में देखा जाय तो नारी प्रेमी की खोज में नहीं, परन्तु ऐसे व्यक्ति की खोज में रहती है जिस पर वह तन-मन से अपना प्यार लुटा सके। उसे प्यार पाने से अधिक प्यार करने में सुख होता है। जब तक नारी के जीवन में प्रेम-पात्र की खोज बनी रहती है, जब तक उसके पास सेवा, दुलार, प्यार, ममता के रूप में कुछ लुटाने को है वह अपने को युवती समझती है। जिस दिन नारी के प्रेम का स्रोत सूख जाता है उसको अपना जीवन निरर्थक लगने लगता है।

यदि पुरुष नारी के प्रेम की इस मनोवैज्ञानिक पृष्ठभूमि को समझ ले तो उसे दाम्पत्य जीवन में नारी को सन्तुष्ट करने में पूर्ण सफलता मिल सकती है। कहावत है कि विरोधाभास में आकर्षण अधिक होता है। आदर्श वैवाहिक जीवन उन दम्पति का होता है जो एक-दूसरे के अभाव को पूर्ण करते हैं। पति-पत्नी में अनबन उनके आदर्शों या रुचि में विभिन्नता होने के कारण नहीं होती अपितु एक-दूसरे के प्रति असहनशील होने के कारण होती है।

नारी के लिए उसका शरीर, उसकी पवित्रता, उसका समर्पण बहुत महत्त्व रखता है। किसी युवती का स्वस्थ-पवित्र शरीर उसके प्रेमी की सबसे बड़ी अमानत है जोकि वह उसे सौंपती है। बाज पुरुषों के लिए यह अमानत विशेष महत्त्व नहीं रखती। कुरूप से कुरूप स्त्री भी इस अमानत को सुरक्षित सौंपकर अपने प्रेमी से प्रशंसा की कामना करती है। इसके अभाव में उसे अपना जीवन अधूरा लगता है। मन की यह भूख उसकी आत्मा को कचोटती रहती है। तभी न कहते हैं कि सुन्दरी कौन ? जो पति को प्यारी अर्थात् जिस नारी की प्रशंसा उसका पति करता रहे। यदि कोई सुन्दरी अपने पति से उपेक्षित है तो उसे अपना रूप-यौवन बेकार ही दिखता है।

पुरुष के जीवन में उसके कल्पना की आदर्श नारी की प्रधानता रहती है, उसी की मूर्ति, विचार और सुझाव उसके जीवन और आदर्शों को प्रभावित करते रहते हैं। उदाहरणार्थ अनेक चित्रकार, कवि, राजनीतिज्ञ अपनी कल्पनादेवी या प्रेमिका से ही प्रेरणा पाते रहे हैं। पर नारी जिसके प्रति अपने शरीर और मन का समर्पण करती है उसी में प्रेमी और पति का समन्वय देखती है। उसका समर्पण अधूरा नहीं होता। स्त्री विवाह करती है किसलिए ? ताकि उसे प्रेम करने में सुरक्षा प्राप्त हो सके। उसे बेफिक्री से प्रेम देने के लिए समय मिल सके। उसे सेवा करने और उत्तरदायित्व निभाने में आनन्द है। अपने दिन-प्रतिदिन के कामों में वह अपने मनोभावों को प्रकट करना चाहती है, यह सुरक्षा और प्रेम-प्रदर्शन का सहज अवसर उसे किसी की पत्नी बनकर ही मिल पाता है।

पत्नीत्व व गृहिणीत्व का समन्वय—घर सजाना, चतुराई से गृहस्थी चलाना, किफ़ायत से सब सुख-सुविधा जुटाना, पति के पारिवारिक और सामाजिक जीवन को

सफल बनाना—ऐसा करती हुई प्रत्येक पत्नी मानो अपनी कृतज्ञता प्रकट करती है, अपना प्रेम प्रदर्शन करती है और अपनी योग्यता की व्याख्या करती है। ऐसा अवसर न मिलने पर प्रत्येक नारी के अरमान अधूरे रह जाते हैं। उसका पत्नीत्व और गृहिणीत्व विकसित नहीं हो पाता। उसके मनोवेग घुटन का अनुभव करते हैं। वह अपना जीवन असफल समझने लगती है।

अधिकांश पुरुष स्त्री के इस क्षेत्र को सीमित कर देते हैं। ऐसा करते हुए वे यह समझते हैं मानो वे अपनी अबोध पत्नी को पारिवारिक और सामाजिक संघर्ष से रक्षा कर रहे हैं। घर का बजट कैसे बनाना, इस विषय में वे खुद ही निर्णायक बनते हैं। इसी प्रकार घर की सजावट, खान-पान, लेन-देन, यहाँ तक कि दिनचर्या तक वे अपनी सुविधा और रुचि के अनुकूल बनाते हैं। इस मामले में एक प्रसंग सुनाती हूँ।

शीला मेरी एक सहपाठिन थी। बचपन से ही उसे पहनने-ओढ़ने, घर सजाने, भोजन पकाने का बड़ा चाव था। लेडी इरविन कालेज में उसने गृहशास्त्र में डिप्लोमा लिया था। हम सबका यही विश्वास था कि ऐसी सुघड़ और सुन्दर पत्नी पाकर कोई भी पुरुष अपना अहोभाग्य समझेगा। सौभाग्य से शीला की शादी एक सफल बैरिस्टर से हो गई। कुछ दिन तो शीला ससुराल रही। बाद में जब पति ने रहने का बन्दोबस्त कर लिया तो वह शीला को इलाहाबाद ले आया। गृहिणी का पद सँभालकर शीला ने सोचा कि अब मैं घर के लिए फर्नीचर, पर्दे और सजावट की चीजें खरीद लाऊँ। पर उसके पति मलहोत्रा साहब बोले, "अरे, तुम क्यों इन बातों की चिन्ता करती हो? मैं सब बन्दोबस्त कर दूँगा।"

बस जी मलहोत्रा साहब ने घर की सजावट, कमरों का रंग, गलीचा, पर्दे आदि सब में अपनी पसन्द का ही ध्यान रखा। उनकी रुचि कलात्मक तो थी नहीं। इस कारण काफ़ी रकम खर्च करके भी घर की सजावट में सुरुचि का अभाव बना रहा। शीला ने दबी हुई ज़बान से कुछ सुझाव भी दिए, पर मलहोत्रा साहब ने उस पर कुछ विचार ही नहीं किया। मलहोत्रा साहब की अनाधिकार चेष्टा यहाँ तक रही कि शीला क्या पहने? कैसे भोजन पकाए? किसको निमन्त्रित करे? शाम को क्या प्रोग्राम बनाया जाय? इसमें भी वह अपनी ही चलाते रहे और तारीफ़ यह कि यह सब करते हुए वह एक तरह का शान का अनुभव करते थे कि काम में इतने व्यस्त रहते हुए भी वह घर की अधिकांश जिम्मेदारियाँ सँभाले हुए हैं।

शीला को अपनी गृहस्थी का संचालन करने की कितनी उमंग थी, कितनी चाहना थी? पर मलहोत्रा साहब के अत्यधिक दख़लन्दाज़ी से मानो उसकी सारी उमंग दबकर रह गई। उसे कुछ स्वतन्त्र रूप से करने का मौक़ा ही नहीं मिला। पाबन्दियों ने उसके प्रेम प्रदर्शन के मार्ग ही बन्द कर दिए। वह मुरझाने लगी। अब तो उसके पति बड़े चिन्तित हुए।

दो वर्ष हुए जब वह दिल्ली आई तो हमसे मिलने आई। मलहोत्रा साहब ने अपनी पत्नी के गिरते हुए स्वास्थ्य और उदासी के विषय में डाक्टर वर्मा (मेरे पति) से

बड़ा पछतावा हुआ। इस घटना के दो साल बाद फिर मल्होत्रा साहब दिल्ली आए। इस बार शीला की गोद में एक मुन्ना भी था। उसका स्वास्थ्य निखर आया था। उसमें आत्म-विश्वास पैदा हो गया था। एक अनुभवी गृहिणी की तरह वह मलहोत्रा साहब से बोली—"आप आज दोपहर को डाक्टर साहब के पास बैठें, मैं मुन्ने को भी यहीं सुला जाऊंगी। आज हम लोग बाज़ार जा रही हैं। ड्राइंग रूम के लिए पर्दे खरीदने हैं।"

मल्होत्रा साहब बोले, "शाम का प्रोग्राम रखो तो हम भी साथ ही चले चलेंगे।"

शीला ने हँसकर कहा, "बस-बस, आपके साथ गए तो सब काम गुड़-गोबर हो जाएगा। देख ली है आपकी पसन्द। कमरे का रंग नीला और पर्दे ले आए हरे, गलीचा पसन्द किया लाल। अब मेरे घर में यह सब नहीं चलेगा।"

मैंने कहा, "ठीक बात है, घर में गृहिणी का अधिकार है। पुरुष सुझाव दे सकते हैं पर ग़लत पसन्द थोप नहीं सकते हैं।"

यह सुनकर सब जने हँस पड़े। मल्होत्रा साहब बोले, "बहनजी, आपका लाख-लाख शुक्रिया है। हम तो अँधेरे में ही लाठी पीट रहे थे। अगर आप मर्ज का इलाज न करतीं तो हम अपनी ऐसी सुन्दर और प्यारी-सी पत्नी को घोंट-घोंटकर मार डालने के अपराधी होते।"

अधिकांश नारियाँ गृहस्थी के दायरे में ही विकसित होती हैं, अपनी योग्यता का प्रदर्शन करती हैं। पति की कमाई को सार्थक करना और बाल-बच्चों और पति की देख-भाल ही उनके जीवन का कैरियर होता है। ऐसी सूरत में एक अच्छे अधिकारी और स्वामी की तरह पति का यह कर्त्तव्य है कि पत्नी के गृहिणी अधिकार की ठीक से रक्षा करे। देखने में आता है कि पति-पत्नी के बीच में ग़लतफहमी पैदा करने में कभी-कभी ननद, सास, जिठानी आदि का भी हाथ होता है। यदि गृहस्थी में माता-पिता, भाई-भतीजे या बहन आप पर आश्रित हैं तो उन पर कितना खर्च किया जाय, उन्हें क्या सुविधा दी जाय, यह आप अपनी पत्नी के सहयोग से तय करें। पत्नी को सबसे अधिक गुस्सा उस समय आता है कि जब श्रेय का अधिकारी पति बन जाता है और बुराई पत्नी के माथे मढ़ी जाती है। ऐसी सूरत में पति को उकसाने वालों के प्रति तो पत्नी कटु होती ही है परन्तु पति को भी वह अपना प्रतिद्वन्द्वी या पराया समझने लगती है।

देखने में आता है कि भारतीय सम्मिलित परिवार में पत्नी कभी-कभी दो पाटों के बीच में आ जाती है। एक ओर तो पति उसकी ओट में होकर याने उसे डाँट-डपटकर माता-पिता आदि को खुश करना चाहता है, क्योंकि यदि वह स्त्री का पक्ष ले तो 'जोरू का गुलाम' कहलाए। दूसरी ओर परिजन यह समझते हैं कि बेटा या भाई पर हमारा अधिकार है। यह तो पराये घर की लड़की है, इसे चार दिन इस घर में आये नहीं हुए और घरवाली बनकर सारे अधिकार और सुविधा हथियाना चाहती है। बस, इसी संघर्ष [illegible]ी स्वयं को असुरक्षित अनुभव करने लगती है। अगर दुखी होकर वह अपना गिला-[illegible] पति से करती है तो पति चिढ़कर सोचता है कि जब से ब्याह हुआ, परिवार में

त्नी की बीमारी का इलाज मनोवैज्ञानिक ढंग से मेरी पत्नी हो कर
नके मुझावों पर आपको अमल करना होगा, शीलाजी को नहीं।
होया कुछ समझ नहीं पाए, परन्तु जब मैंने उन्हें शीला की घुटन का
तो वह हैरान होकर बोले, "पर मैं तो यह सब शीला की प्रसन्नता करने
ा। मैं उसे गृहस्थी की जिम्मेदारियों से, परेशान नहीं देख सकता। मेरे
ों को तो यह आम शिकायत रही है कि उनके पति गृहस्थी के कामों में
ते। मैं शीला को ऐसी किसी शिकायत का मौका ही नहीं देना चाहता

"पर आप अपनी दिलचस्पी की सीमा नहीं बाँध सके। गृह-प्रबन्ध का
त्व और श्रेय आपने ही ले लिया। आप यह भूल गए कि एक स्त्री गृहिणी
कर्तव्य निभाती हुई अपने प्रेम की अभिव्यक्ति करती है। आपने उसकी
द्वार ही बन्द कर दिया। अब आप ही सोचिए यदि किसी युवक में कमाने
योग्यता है, पर उसे इसलिए कमाने से रोक दिया जाय कि उसके बाप-
उसे कमाने की क्या जरूरत है, वह मजे में हाथ पर हाथ धरकर खाए
या उसे इससे सन्तुष्टि होगी? क्या उसे अपना जीवन निरर्थक न लगेगा?
उसे धिक्कारेगा नहीं?

रहेव समझदार व्यक्ति थे। उन्हें अपनी नासमझी से की हुई गलती पर

कहा। डाक्टर साहब इतना तो समझ गए कि शरीर में रोग के कोई लक्षण नहीं हैं, शीला के इस गिरते हुए स्वास्थ्य का कारण कुछ मनोवैज्ञानिक समस्या ही है। मल्होत्रा साहब को किसी केस पर अम्बाला जाना था। वह शीला को हमारे यहाँ छोड़ गए। मेरी बाल-सखी होने के कारण उसने अपना सारा दुखड़ा मुझसे कहा। वह फूट-फूटकर रो पड़ी। बोली, "बताओ बहन, मेरे जीने का क्या उद्देश्य रहा? मैंने तो यह कल्पना की थी कि एक चतुर गृहिणी की तरह घर चलाऊँगी। काम से लौटे थके-हारे पति को साफ-सुथरा घर, अच्छा भोजन, रोचक दिनचर्या से आनन्दित करके मुझे कितनी प्रसन्नता और सन्तुष्टि होगी। वह मेरी उपयोगिता समझेंगे। मेरे कामों की प्रशंसा करेंगे। पर उन्होंने तो मेरे क्षेत्र में भी अधिकार कर लिया। मेरे लिए तो दिन बिताना भारी हो गया है। मैं तो मानो पंगु हो गई। उनकी अनुमति के बिना कुछ करने का मेरे में साहस ही नहीं रहा। विवाह के बाद मेरा विकास तो रुक ही गया। यदि पाँव रहते हुए भी किसी को चलने से रोक दिया जाय और यह सब उसे आराम देने के विचार से किया जाय तो बताओ बहन, क्या उस व्यक्ति का जीवन भार नहीं हो जाएगा? घर में मेरा अपना कहने को क्या है? कुछ भी तो नहीं। किसी चीज़ पर भी तो मेरी छाप नहीं है। घर की सजावट, खान-पान, यहाँ तक कि मेरी वेशभूषा तक मानो मुझ पर लादी गई है। इस बेबसी के वातावरण में मेरा दम घुटता है। मैं कुछ कह नहीं पाती। हरदम प्यार, उपहार, सेवा स्वीकार करते-करते मैं कुंठित हो उठी हूँ। क्या मैं ऐसी हीन हूँ कि मेरे पास देने को कुछ नहीं? दुख है कि मेरे दान का कोई पात्र ही नहीं बना इसलिए मुझे जीवन अधूरा लगता है।"

दो दिन बाद जब मल्होत्रा साहब लौटे तो डा० वर्मा ने उनसे कहा, "बैरिस्टर

साहब, आपकी पत्नी की बीमारी का इलाज मनोवैज्ञानिक ढंग से मेरी पत्नी ही कर सकेंगी। परन्तु उनके सुझावों पर आपको अमल करना होगा, शीलाजी को नहीं।

पहले तो मल्होत्रा कुछ समझ नहीं पाए, परन्तु जब मैंने उन्हें शीला को घुटन का कारण समझाया तो वह हैरान होकर बोले, "पर मैं तो यह सब शीला को प्रसन्न करने के लिए करता था। मैं उसे गृहस्थी की जिम्मेदारियों से, परेशान नहीं देख सकता। मेरे मित्रों की पत्नियों की तो यह आम शिकायत रही है कि उनके पति गृहस्थी के कामों में दिलचस्पी नहीं लेते। मैं शीला को ऐसी किसी शिकायत का मौका ही नहीं देना चाहता था।"

मैंने कहा, "पर आप अपनी दिलचस्पी की सीमा नहीं बांध सके। गृह-प्रबन्ध का सारा उत्तरदायित्व और श्रेय आपने ही ले लिया। आप यह भूल गए कि एक स्त्री गृहिणी के रूप में अपना कर्तव्य निभाती हुई अपने प्रेम की अभिव्यक्ति करती है। आपने उसकी अभिव्यक्ति का द्वार ही बन्द कर दिया। अब आप ही सोचिए यदि किसी युवक में कमाने की सामर्थ्य और योग्यता है, पर उसे इसलिए कमाने से रोक दिया जाय कि उसके बाप-दादे कमा रहे हैं, उसे कमाने की क्या जरूरत है, वह मजे में हाथ पर हाथ धरकर खाए और उड़ाये तो क्या उसे इससे सन्तुष्टि होगी? क्या उसे अपना जीवन निरर्थक न लगेगा? उसका पुरुषार्थ उसे धिक्कारेगा नहीं?

मल्होत्रा साहब समझदार व्यक्ति थे। उन्हें अपनी नासमझी से की हुई ग़लती पर

कलह शुरू हो गई है। इसलिए अपनी इस नई मुसीबत का हेतु वह पत्नी को ही समझने की भूल करता है। असल में पति यहां गलती पर होता है। उसे चाहिए कि विवाह से पहले ही अपने भविष्य की योजना बना ले और अपने आश्रितों को उससे परिचित करवा दे। जहां सुधार की गुंजाइश हो वहां उनकी सलाह से सुधार कर ले। पत्नी को गृहिणी का पद तो देना ही होगा। प्रत्येक नवदम्पति अपने जीवन के अरमानों को सजीव होते देखना चाहते हैं। पुरानी पाबन्दियों में बंधकर उनका जीवन नहीं चल सकता। नई धारा नया मोड़ लेकर ही चलेगी।

परिजनों के आक्षेप पत्नी पर नहीं पड़ने चाहिएं। उन्हें तो पति को ही झेलना होगा। पति और पत्नी में यदि परस्पर प्रेम, समझदारी और सहयोग है तो वे मिलकर समस्याएं सुलझाएं। यदि पति उसके त्याग का आदर और प्रशंसा करता है तो पत्नी त्याग करने को भी तैयार है। स्त्रियां भावुक होती हैं। वे प्रिय के लिए बड़े से बड़ा त्याग कर सकती हैं। पर अपमानित और बाध्य होकर किसी की सेवा करना, शासन सहना, अपना हक छोड़ना उनके हृदय में कटुता पैदा कर देता है। वे विकल होकर प्रतिरोध करने को उतारू हो जाती हैं। बस, यहीं से गृहस्थी में संघर्ष शुरू होता है।

यदि पुरुष स्त्री का प्यार और त्याग का आदर करना जानता है, तब उसका विश्वास और सहयोग प्राप्त करने में उसे कठिनाई नहीं होगी। स्त्री अपने प्रियतम को देने में हमेशा तत्पर रहती है। बड़ी से बड़ी असुविधा और अभाव उसे विचलित नहीं कर पाते, यदि उसे यह विश्वास हो जाय कि मेरा पति मेरी सहानुभूति और सहयोग का मूल्य समझता है।

गृहिणी पद का मान करें—स्त्री एक वेतनभोगी गृह-व्यवस्थापिका नहीं है। आप गृह-व्यवस्था में उसे सहयोग दें, परन्तु घर का खर्च उसी के हाथ में सौंपें। कोई विरली ही स्त्री होगी जो अपना घर लुटायेगी। स्त्रियां किफायत से घर चलाती हैं। जो कुछ बचाकर वे अपने पास रखती हैं उसे भी आड़े-भिड़े में बाल-बच्चों के लिए ही सहर्ष खर्च कर देती हैं। अपने पति और बच्चों को खिला-पिलाकर उन्हें सन्तुष्टि होती है। उनकी सुविधा का सोचकर तब वे अपना सोचती हैं। जो पत्नी इतना त्याग करती है यदि उसकी भूल पति क्षमा नहीं करता तो उसे बड़ा दुख होता है। प्यार में उसकी आस्था हिल जाती है। मैं कई स्त्रियों को जानती हूं जिनके पति उनकी सेवा का मूल्यांकन करना तो दूर, उनकी साधारण-सी भूल पर यह धमकी देते भी नहीं हिचकते कि ज्यादा चूं-चपड़ की तो पीहर पहुंचा दूंगा। यह मेरा घर है, जैसे मैं कहूंगा वैसे रहना होगा। मेरी कमाई है चाहे उड़ाऊं, चाहे रखूं, तू कौन होती है मेरा हाथ रोकने वाली?

निम्न मध्यम वर्ग में तो अब भी ये धमकियां औरतें सहती हैं। परन्तु मध्य वर्ग में जहां महिलाएं सम्पत्ति की अधिकारिणी हैं और कमाने की योग्यता रखती हैं, उन पर पति की ऐसी धमकियां अब विवाह बन्धन पर आघात किए बिना न रहेंगी। अब यदि हम नवीन पीढ़ी की गृहिणियों को चुपचाप सहने की शिक्षा दें तो वे इसे स्वीकार नहीं

करेगी। इसलिए पुरुषों से ही निवेदन है कि वे पत्नी के गृहिणी पद का मान करें, उसे अपनी सहचरी वनाएँ। गृहस्थी में उसकी प्रधानता को स्वीकार करें। जो नीड़ गृहिणी खुद वनाती और सँवारती है उससे उसको मोह होता है, उसकी वह रक्षा करती है। गृहस्थी-रूपी नीड़ की सुरक्षा के लिए स्त्री के अधिकार की रक्षा होनी चाहिए। इसी में हमारे पारिवारिक जीवन की स्थिरता है।

अव जमाने को दोष देकर पुरुष अपनी ज़िम्मेदारी से वरी नहीं हो सकते। एक ज़माना था जव नारियाँ वेजवान गाय की तरह सव चुपचाप सहती थीं, पर आज यह वेजवान गाय वोल उठी है। वह चारा माँगती है। अपने वच्चे के लिए वह दूध पिलाने का अधिकार माँगती है। उसे भी सुख-सुविधा चाहिए। स्त्री को आप अपनी सम्पत्ति वनाकर अव नहीं रख सकते। वह आपकी सहचरी, प्रेमिका, गृहस्वामिनी वनकर रहने का अधिकार माँगती है। इसे दिए बिना आपका पारिवारिक जीवन सुरक्षित और सुखी नहीं हो सकता। पर अव परिवार छोटे-छोटे टुकड़ों में विभाजित हो रहा है। सभी परिवार अपने में पूर्ण हैं। अव हर माता-पिता को अपना वुढ़ापा आत्मनिर्भर वनाना है और प्रत्येक नवदम्पति को अपनी ज़िम्मेदारी खुद सँभालने की योग्यता प्राप्त करनी है। परिजनों का लेन-देन और सहयोग मित्रता के आधार पर होगा, रिश्तेदारी के ज़ोर पर नहीं और परिवार में गृहिणी की प्रधानता होगी।

गृहस्वामी यदि पारवारिक संघर्ष और कलह से वचना चाहता है तो उसे वदलते हुए युग की रफ्तार को समझकर कदम उठाना चाहिए। विवाह से पहले लड़की का रूप-रंग शिक्षा, स्वभाव और उसके पिता की आर्थिक समर्थ परखी और तोली जाती है। माता-पिता इस वात का ध्यान रखते हैं कि लड़की को पराये घर जाना है वह सुघड़ हो, सुलक्षणी हो, विनम्र हो। उसे गृह-व्यवस्था की शिक्षा दी जाय, ताकि आगे जाकर अपनी गृहस्थी ठीक से चला सके। पुरुष के लिए इतनी सव पावन्दियाँ नहीं थीं। वह कमाता हो और स्वस्थ हो, वस इतना ही वहुत समझा जाता था। अव तक पुरुष को यह कभी नहीं कहा गया कि वेटा, तूने भी आगे जाकर किसी पराई लड़की से निभाना है, इसलिए अपने मिजाज़ में एक प्रेमी की-सी सहनशीलता रखने की आदत डाल। पर अव इस वदले ज़माने में जो युवक अपने वैवाहिक जीवन को सफल वनाने के इच्छुक हैं उनके लिए यह ज़रूरी है कि वे भी एक सफल पति और आदर्श पिता वनने की वुनियादी योग्यता प्राप्त करें। नहीं तो मनपसन्द, पढ़ी-लिखी, सुन्दर वीवी पाकर भी उनका जीवन सुखद हो सकेगा, इसमें सन्देह है। पुरुष ने अपना उत्कर्ष करना है परन्तु वह पत्नी के मूल्य पर नहीं होना चाहिए। जो पुरुष केवल इसलिए शादी करते हैं कि हमें घर-वार, वाल-वच्चे, और सेवा करनेवाली एक गृहिणी मिल जाएगी, वे देने की भावना नहीं रखते। वे अपनी सुविधा और सन्तोष को ही महत्त्व देते हैं। वैवाहिक जीवन प्रयत्न से सफल होता है। प्रारम्भिक जीवन की जो मधुरता है उसे अन्त तक वनाये रखने के लिए पारस्परिक सम्वन्धों में कड़वाहट नहीं आने दें। यदि प्रेम की मधुरता से जीवन का अन्तिम छोर भी भरपूर रहे तो वड़े सौभाग्य की वात है।

14
नया अंकुर

हमारे बच्चे हों, मनुष्य की यह सबसे मीठी और कल्याणकारी चाहना है। शरीर और मन की यह एक कुदरती भूख है। बच्चों के बिना पति-पत्नी का जीवन सूना है। दूसरे के लिए जीना बड़ा कठिन है। पर सन्तान का मोह इतना प्रबल होता है कि प्रत्येक माता-पिता अपनी सन्तान के लिए जीते हैं। जरूरत इस बात की है कि वे ठीक ढंग से जिएँ, सही ढंग से अपने फर्ज को अदा करें, तभी बच्चे का कल्याण है और परिवार का भी। यदि बच्चे समस्यापूर्ण होते हैं तो पारिवारिक जीवन कटु हो जाता है। बच्चे सुन्दर हों, स्वस्थ हों, होनहार हों, कुल और समाज का नाम उजागर करने वाले हों, इसके लिए माता-पिता को गर्भाधान से लेकर बच्चों के पालन-पोषण तक के कर्त्तव्य की ठीक से जानकारी होना ज़रूरी है। यदि बच्चा ऐसे वातावरण में पेट में आया है जबकि माँ का मानसिक स्वास्थ्य ठीक नहीं है तो बच्चे का जन्म कष्टदायक होगा। जन्म के समय यदि प्राकृतिक ढंग से सुख से प्रसव नहीं हो पाता तो उसका आघात माँ और बच्चे दोनों पर पड़ता है।

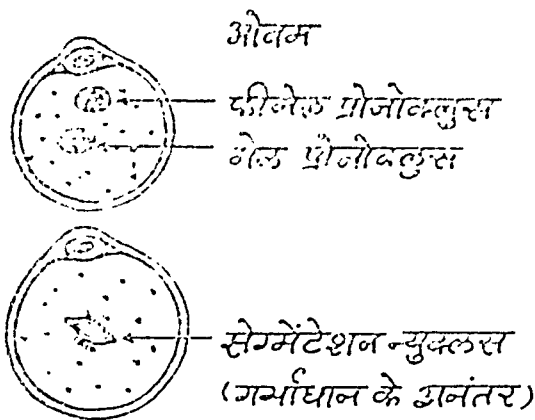
दूसरी बात यह समझने की है कि प्रत्येक माता-पिता को जब सन्तान की लालसा हो, शारीरिक-मानसिक रूप से वे स्वस्थ हों, अपनी नई जिम्मेदारी को सँभालने के लायक हों, तभी गर्भाधान करना चाहिए। अनचाहे बच्चों की माँ बनना कोई स्त्री नहीं चाहती। क्योंकि जो भार गौरवशील न होकर भारस्वरूप लगे उसको वहन करना, जन्म देना, पालना सभी कष्टदायक प्रतीत होता है। गर्भाधान कुदरत का एक चमत्कारपूर्ण कृत्य है। देखने में आता है कि बहुत कम दम्पति इसके बुनियादी रहस्य से परिचित हैं। पति-पत्नी का शारीरिक सम्बन्ध हुआ और बच्चा पेट में आ गया, बस इतना ही कई लोग समझते हैं।

गर्भ में नवजीव की स्थापना

असल में गर्भाशय में नवजीव की स्थापना का नाटक बहुत ही रहस्यमय और रोचक है। प्रायः लगभग बारह घंटे के अन्दर यह नाटक अपनी चरम सीमा पर पहुँच जाता है क्योंकि अण्डे (ओवम) से शुक्र-कीट का मिलन और एकीकरण होने में क़रीबन बारह घंटे की अवधि मानी गई है।

इससे पहले कि आगे कुछ कहा जाय, ओवम (Ovam) और शुक्र-कीट के उद्गम के विषय में स्पष्ट करना उचित होगा। स्त्री के गर्भाशय की शक्ल और आकार एक नाशपाती की तरह होती है। उसकी ग्रीवा योनि में खुलती है। इस गर्भाशय से दो नलियाँ जिन्हें

फेलोपियन ट्यूवस (Fellopian tubes) कहते हैं, गर्भाशय के वाईं ओर दाईं ओर आकर जुड़ती हैं। ये नलियां दूसरी ओर दोनों ओवरी से जुड़ी होती हैं जो कि गर्भाशय से कुछ ऊपर स्थित है।

स्त्रियों के शरीर में प्रजनन क्रिया में दोनों ओवरी एक बहुत ही महत्त्वपूर्ण पार्ट अदा करती हैं। अण्डा (आंवा) पैदा करने के अतिरिक्त ओवरी हारमोन्स भी पैदा करती हैं जो कि यौवन व स्वास्थ्य के लिए बहुत उपयोगी है। एक नवजात कन्या-शिशु की ओवरी में भी 17,000 छोटे-छोटे फौलीकल्स (Follicles) होते हैं। यौवनावस्था प्राप्त करने पर स्त्री के जीवनकाल में इनमें से केवल 500 प्रौढ़त्व प्राप्त कर पाते हैं। यौवन प्राप्त करने पर जब मासिक धर्म आरम्भ होता है और जब

ये फौलीकल्स परिपक्व हो जाते हैं, तब उन्हें ग्रेफिन फौलीकल्स (Follicles) कहते हैं। अगर एक ओवरी वेकाम भी हो जाय तब भी गर्भाधान होने में कोई फर्क नहीं पड़ता। इसलिए हमेशा के लिए गर्भाधान रोकने के लिए इन दोनों ट्यूबों का सम्बन्ध गर्भाशय से तोड़कर ट्यूबों को बाँध दिया जाता है। तब ओवम के गर्भाशय में पहुँचने और शुक्र वीर्य से सम्बन्ध होने की कोई सम्भावना नहीं रहती।

ओवरी का आकार वादाम की तरह होता है। इन दोनों ओवरी में से किसी भी एक में 28 दिन में एक वारीक विन्दु के वरावर अण्डा पककर तैयार होता है और मासिक धर्म के वाद प्रायः दूसरे सप्ताह से लेकर तीसरे सप्ताह के बीच कभी भी, किसी दिन भी यह अण्डा ओवरी में से फूटकर किसी एक ट्यूब में से होकर अपनी यात्रा गर्भाशय की ओर को शुरू कर देता है।

सम्भोग के समय पुरुष के अण्डकोश में से परिपक्व शुक्रकीट लिंग (U Retheral tube) में से होकर नारी की योनि में प्रवेश करते हैं। निकलते ही ये वड़े सक्रिय हो जाते हैं। एक समय में 300,000,000 के लगभग शुक्रकीट गर्भाशय की ओर अण्डे से मिलने के लिए दौड़ लगाते हैं। पर योनि की ग्रन्थियाँ कुछ ऐसा अमलतापूर्ण स्राव करती हैं जो कि इन शुक्रकीटों के अनुकूल नहीं होता। नतीजा यह होता है कि बहुत से शुक्रकीट यहीं समाप्त हो जाते हैं। इसलिए कई स्त्रियों के शरीर में यदि कोई दोष नहीं है, और उनके पति के शुक्रकीट भी स्वस्थ हैं पर गर्भाधान नहीं हो पाता। उनके वांझपन का एक

कारण योनि में इस प्रकार के रस में बहुत अधिक अमलता का होना भी माना गया है तो उन्हें सम्भोग से पहले पानी में फिटकरी चूर्ण डालकर डूश लेने से लाभ होता है।

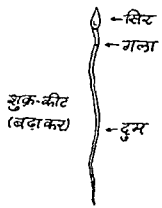
ओवरी से अण्डा एक झिल्ली में से फूटकर ट्यूब की ओर को बढ़ता है। यह अण्डा एक बारीक बिन्दु के बराबर होता है। यदि इसे 500 गुना बढ़ाकर दिखाया जाय तो पिंग पोंग की गेंद के बराबर दिखाई पड़ेगा। यह चावल की हल्की माड़ की तरह तरल होता है। इसके अन्दर एक और हिस्सा दिखाई पड़ेगा जैसे किसी मुनक्के के अन्दर गुदा जो कि बाहर की माड़ जैसी पनीली से रंग में कुछ अधिक गहरा होता है। इसे 'न्यूक्लस' कहते हैं। इस न्यूक्लस के अन्दर और एक गहरा-सा तरल पदार्थ मानो मुनक्के के बीज की सदृश होता है। इसी बीज से पदार्थ में 24 परिपक्व क्रोमोसोम्स (Chromosomes) होते हैं जो कि कीटाणु की तरह होते हैं। इन क्रोमोसोम्स में लगभग 300 जेनिस (Genes) होते है। इन्हीं जेनेस का मेल पुरुष के शुक्र-कीट के जेनिस्स से होता है तब ये ही दोनो मिलकर बच्चे की किस्म, रूप-रंग, नयन-नक्श, लिंग, बालों का रंग, बढ़त, खानदानी गुण-दोषों आदि के विषय में निर्धारित करते हैं। जब ओवम और शुक्रकीट मिलकर एक हो जाते हैं, इस समय शुक्रकीट के क्रोमोसोम का अनुपात क्रमशः डेढ़ और आधा होता है। इसी वजह से बच्चे के चरित्र और स्वभाव तथा कोमल अंगों के निर्माण पर माता के रूप-गुण और स्वभाव का प्रभाव विशेष पड़ता है।

अण्डा जब ओवरी से फूटकर ट्यूब में आता है तो उसकी अपनी गति नहीं होती। ट्यूब का मुहाना पखे के आकार की शकल का होता है। यह सिकुड़-सिकुड़कर अण्डे में गति पैदा करता है और उसे आगे की ओर ट्यूब में धकेलता है। बचे हुए शुक्रकीटाणु जो कि गर्भाशय में दौड़ लगाते हैं, उनमें से कुछ तो गर्भाशय में ही चक्कर काटते हुए खप जाते हैं। और कुछ सही ट्यूब में घुसकर अन्धाधुंध दौड़ लगाते हैं। इस समय तक अण्डा ट्यूब में क़रीब आधे हिस्से में पहुँच गया होता है।

शुक्र कीटाणु के लिए ट्यूब में प्रवेश पाना सरल नहीं होता। पहली बात तो यह है कि उसे ट्यूब के दबाव के विरुद्ध कोशिश करनी पड़ती है। फिर अन्दर का मार्ग काफ़ी टेढ़ा-मेढ़ा होता है और अण्डे की रफ्तार अपनी इच्छा पर निर्भर नहीं होती। ट्यूब का सकोचन तथा कुछ अन्य प्राकृतिक शक्ति अण्डे का आगे धकेलती रहती है। पर वह लपककर स्वेच्छा से शुक्रकीट से नहीं मिल पाता। शुक्र-

[illegible]

चौटा जाता है। छोटा-सा सिर यानी अण्डे

सिर
गला
शुक्र-कीट (बढ़ाकर)
दुम

(ओवम) का 35वाँ भाग जितना इसका सिर होता है, जो कि बादाम की आकार का होता है। इसी सिर में न्यूककल्स, क्रोमोसोम्स और जेनिस्स होते हैं। इसके बाद कीट का धड़ होता है। इसकी दुम शरीर से 6 गुना बड़ी, चंचल और पतली होती है। जिस तरह आकाश में पतंग, जिसके पीछे दुमछल्ला हो, लहर मारती हुई ऊपर को उड़ती है ठीक उसी तरह ये कीटाणु बड़ी तेज़ी के साथ अपनी दुम की मदद से आगे को बढ़ते हैं। अपनी तेज़ चाल के मामले में ये कीटाणु अपने ही आकार के अन्य सभी प्रकार के कीटाणुओं में अधिक तेज पाये गए हैं।

इस दौड़ में जो शुक्रकीट सबसे पहले अण्डे तक पहुँचकर उसका कवच, जो कि एक झिल्ली की तरह होता है, भेदकर अन्दर प्रवेश कर जाता है, वही विजयी होता है। झिल्ली फोड़ते ही इसकी दुम गिर जाती है। यह कीट एनजाइम (Enzyme) नामक एक रस से युक्त होता है, जिससे झिल्ली फोड़ने में उसे मदद मिलती है। जैसे ही एक शुक्रकीट अन्दर घुसा, अण्डे की झिल्ली में एक चमत्कारपूर्ण परिवर्तन होता है जिसके परिणामस्वरूप फिर और कोई शुक्रकीट अन्दर प्रवेश करने की हिमाकत नहीं कर सकता और अण्डे तथा शुक्रकीट की निर्माण-क्रिया बेफिक्र होकर शुरू हो जाती है। इस प्रकार फेलोपियन ट्यूब में अण्डे और शुक्रकीट का प्रथम मिलन होता है। उन दोनों के न्यूकल्स तत्त्व मिलकर एक हो जाते हैं और एक नए न्यूकल्स का जन्म होता है। यही गर्भाधान कहलाता है। अब यह स्थापना गर्भाशय के निचले हिस्से में गर्दन के पास होती है। जब दोनों न्यूकल्स मिलकर एक हो जाते हैं तब पुनः वे बार-बार विभाजित होते हैं, जिसे 'सेंगमेण्टेशन कहते हैं। इस प्रकार युगल सेल्स बढ़ते जाते हैं और गर्भाशय में जीवन का विकास शुरू हो जाता है।

कुदरत की महिमा विचित्र है। कभी-कभी ऐसी अनहोनी भी हो जाती है कि एक ही समय में दो शुक्रकीट अण्डे की जेली-कवच को भेदकर घुस जाते हैं। ऐसी सूरत में गर्भ में युग्म याने दो जीवों की स्थापना हो जाती है और परिणामस्वरूप जुड़वा बच्चों का जन्म होता है। यदि पुनर्विभाजित होकर सेल अलग-अलग स्वतन्त्र रूप से टिक जायँ तब तो बच्चे स्वाभाविक आकार लेकर पैदा होते हैं, परन्तु इसके विपरीत उनके अंग जुड़े भी रहते हैं।

यदि अण्डे की यात्रा गर्भाशय तक पूरी होने से पूर्व ही ओवरी की ट्यूब में ही शुक्र-कीट से उसका मिलन होकर स्थापना भी वहीं हो जाय और सेल आगे बढ़कर गर्भाशय में अपना उचित स्थान न प्राप्त कर सकें तो ऐसे गर्भाधान को स्थान भ्रष्ट कहा जाता है। मेडिकल टर्म में इसे 'ट्यूबल प्रेगनेन्सी' कहते हैं। इसमें जीव का विकास नहीं हो पाता। ट्यूब फूलकर कभी-कभी फट भी जाने का अन्देशा होता है; और इसको आपरेशन करके ही निकालना पड़ता है।

15
गर्भपात के कारण

संसार में हजारों की संख्या में नित्य गर्भपात होते हैं। इसका कोई निश्चित रिकार्ड तो पता लगना असम्भव है, पर इंग्लैंड की एक रिकार्ड-बुक के अनुसार इसकी संख्या केवल इंग्लैंड में ही नित्य 150 से अधिक गिनी गई है। गर्भपात का मतलब यह है कि जो गर्भ कमज़ोरी या खराबी के कारण खुद गिर जाय। परिवार नियोजन करना ज़रूरी है, पर गर्भपात की इस बढ़ती हुई संख्या की उपेक्षा नहीं की जा सकती। सौ वर्षों में यह संख्या और भी अधिक बढ़ गई है। इसका एक कारण तो यह हो सकता है कि पहले आबादी को रोकने की ज़रूरत नहीं थी, दूसरी बात लोगों का रहन-सहन अधिक प्राकृतिक था। वे सभ्यता के आडम्बर से दूर थे। वे मेहनत करते थे, उनकी दिनचर्या, रहन-सहन और भोजन अधिक स्वाभाविक और शुद्ध था।

माना कि अब विज्ञान की काफ़ी उन्नति हो गई है तो भी गर्भपात के अनेक कारणों में से कुछ कारण माताओं की नासमझी भी है। गर्भपात से माता के स्वास्थ्य व मन दोनों को बहुत धक्का लगता है। एक-दो गर्भपात होने के बाद स्त्री को निराशा-सी हो जाती है कि मालूम नहीं, अब आगे के लिए माँ बनना उसे नसीब भी होगा कि नहीं। मैं ऐसी माताओं को विश्वास दिलाती हूँ कि 100 में से 80 प्रतिशत केसोंमें इस बात की पूरी उम्मीद है कि उनकी गोद ज़रूर हरी-भरी होगी।

गर्भपात के कई कारणों में से कुछ कारण ये हैं—(1) यह तो शायद आप जानती होंगी कि मासिक धर्म के बाद 'ओवरी' में से एक अण्डा जिसे ओवम कहते हैं, आकर गर्भाशय में शुक्र-कीट से मेल करने के लिए इन्तज़ार करता है। ओवम और शुक्र-कीट के मेल से ही गर्भाधान होता है। इसके लिए गर्भाशय का स्वस्थ होना ज़रूरी है। यदि किसी महिला का मासिक धर्म बराबर नहीं होता या कमज़ोर सेहत के कारण उसका गर्भाशय स्वस्थ नहीं है तब भी गर्भपात की संभावना रहती है।

(2) मासिक धर्म के बाद जब ओवरी में से उतरा हुआ अंडा (ओवम) गर्भाशय के किसी अनुपयुक्त स्थान पर जाकर ठहर जाता है ऐसी जगह जब उसका शुक्र-कीट से मेल होता है तो वह ठीक से पनप नहीं पाता। नतीजा यह होता है कि कुदरत अपनी इस गलती को जब कुछ सप्ताह या मास बाद सुधारती है, तो गर्भपात हो जाता है। पर इससे फिर आगे के लिए गर्भ के पनपने की शंका करना भूल है। अगली बार ओवम का मेल ठीक होने पर सफल गर्भ की पूरी सम्भावना है।

(3) जब कभी ऐसा भी होता है कि शुक्र-कीट का ओवम से ऐसी अवस्था में मेल होता है जबकि ओवम की गर्भाशय में इन्तज़ार करने की अवधि लगभग पूरी होने को

होती है और उसकी शक्ति व आयु समाप्ति पर होती है। ऐसी सूरत में यदि उसका शुक्र-कीट से मेल हो भी जाय तो गर्भपात होने का डर रहता है। स्वस्थ गर्भाधान के लिए यह ज़रूरी है कि ओवम के गर्भाशय में आने के 24 घंटे बाद ही उसका शुक्र कीटाणु से मेल हो। महिलाओं को चाहिए कि अपने मासिक धर्म के 'साइकिल' पर गौर करें, उसकी तारीख व अपने शरीर का टेम्प्रेचर रखें। ओवम के गर्भाशय में आने पर स्त्री के शरीर का टेम्प्रेचर एक डिग्री बढ़ जाता है। अंगों में चंचलता और मन में सहवास की इच्छा जाग उठती है। मासिक धर्म जिस दिन से शुरू हुआ है यानी यदि वह 1 ता० को चालू हुआ है तो ता० 8 से लेकर 20 ता० तक ओवम के गर्भाशय में उतरने की संभावना होती है। गर्भाधान की यदि इच्छा हो तो इन्हीं दिनों में सहवास करना चाहिए।

(4) कई डाक्टर गर्भपात का कारण ओवम या शुक्र-कीट का ठीक न होना भी समझते हैं। पर इसकी संभावना कम है। क्योंकि देखने में आया है कि किसी-किसी स्त्री को दो तीन गर्भपात होने के बाद भी जो बच्चे हुए वे बड़े स्वस्थ, सुन्दर और मेधावी निकले। उनके विकास में किसी तरह की अस्वाभाविकता नहीं थी। हाँ, यह ज़रूरी है कि गर्भपात के बाद क्यूरेटिंग द्वारा गर्भाशय की सफाई ज़रूर करवा लेनी चाहिए, ताकि गर्भ का कोई अंश या कोई गन्दगी आदि अन्दर न रह जाय।

(5) पुरानी स्त्रियों का यह विश्वास है कि गर्भवती यदि नियमित दिनचर्या, घर का काम-धन्धा, घूमना, फिरना चालू रखती है तो गर्भपात का डर रहता है। 95 प्रतिशत यह बात ग़लत है। 5 प्रतिशत महिलाएँ जिनका स्वास्थ्य कमज़ोर है, जो शारीरिक श्रम से थक जाती हैं, उनके लिए अपनी दिनचर्या में परिवर्तन करने की ज़रूरत है अन्यथा गर्भवती के लिए अभ्यस्त दिनचर्या के अनुसार रहने में कोई हानि नहीं। कुदरत ने गर्भ को एक पतली झिल्ली के गुब्बारे में गर्भाशय में सुरक्षित रखा है। उसके बाद गर्भाशय पर माँस-पेशियाँ हैं और उन सब पर शरीर की चमड़ी छाई है। गर्भ इस झिल्ली के बैग के अन्दर एक तरल पदार्थ में होता है और जो कि गर्भ की रक्षा में 'शाक अबज़ौरबर' का काम करता है। चोट-चपेट के धक्के से उसे बचाता है। अमेरिका में 500 गर्भवती महिलाओं की जो कि सैनिकों की पत्नियाँ थीं और युद्ध के समय जिन्हें ट्रेन, मोटर, जहाज़ और हवाई जहाज़ों से हज़ारों मील की यात्राएँ करनी पड़ीं, घबराहट और चिन्ता में एक जगह से दूसरी जगह छिप-छिपकर भागना भी पड़ा, केस हिस्ट्री से इस बात की पुष्टि होती है कि इनमें गर्भपात की संख्या घर में बैठकर बुनाई-सिलाई करने वाली गर्भवती महिलाओं से अधिक नहीं थी। ऐसे आँकड़ों के आधार पर अब अनेक डाक्टर अपने मरीज़ों को यह सलाह देने लगे हैं कि वे अपनी दैनिक दिनचर्या यहाँ तक कि चक्की पीसना, घर का धन्धा करना, दूध बिलोना, घूमने जाना, टेनिस खेलना, तैरना आदि कार्य सात मास तक चालू रख सकती हैं। यह सब करते हुए उन्हें इस बात का अवश्य ध्यान रखना चाहिए कि वे अपने को अधिक थका न लें।

(6) बहुत-सी स्त्रियों को यह शंका बनी रहती है कि शायद संभोग के कारण उन्हें गर्भपात हो गया या और इसलिए उनके मन में पश्चात्ताप बना रहता है। इस विषय में मेरी सलाह है कि *दूसरे या तीसरे महीने जबकि गर्भवती को उल्टियाँ होती हों,* सम्भोग नहीं करना चाहिए। क्योंकि हलचल से उल्टियाँ बढ़ जाने की संभावना रहती है। या जिन महिलाओं को पहले कभी गर्भपात हो चुका है उनके लिए ब्रह्मचर्य से रहना ज़रूरी होगा। अन्यथा एक स्वस्थ महिला के साथ यदि छटे मास तक कभी-कभी सहवास सावधानी व कोमलता से किया जाय तो हानिकारक नहीं है।

(7) गर्भवती स्त्री के लिए थकान पैदा करने वाला कार्य, खूब कूदना-फाँदना, बोझा उठाना वर्जित है। कब्ज़ियत से भी गर्भाशय पर ज़ोर पड़ता है। उससे उल्टी भी होती है, कुछ खाया-पिया हज़म नहीं होता, इससे स्वास्थ्य कमज़ोर हो जाता है और गर्भ धारण करना कष्टकर हो जाता है। अतएव इन सब बातों से गर्भवती को बचना चाहिए।

यदि गर्भपात के लक्षण यथा खून बहना, पेट व कमर में मासिक धर्म के सदृश दर्द उठना शुरू हो तो गर्भवती को आराम से पलंग पर लेट जाना चाहिए। पायताने की तरफ पलंग के दोनों पायों के नीचे दो ईंट रखकर पलंग ऊँचा कर दें और डाक्टर को तुरन्त खबर देनी चाहिए।

जिन महिलाओं को गर्भपात की शिकायत रह चुकी हो उन्हें मेरी यह सलाह है कि वे गर्भधारण से पहले अपने स्वास्थ्य की जाँच भली प्रकार करा लें। यदि मासिक धर्म में कुछ खराबी हो तो उसका इलाज करवाएँ। गर्भाशय के लिए कोई टानिक और व्यायाम डाक्टर से पूछकर करें। पति के स्वास्थ्य की भी जाँच होनी ज़रूरी है।

यदि उनके शुक्र-कीट दुर्बल हैं तो विटामिन 'ई' तथा कैलशियम लेने से लाभ होगा। यदि पती-पत्नि को रुधिर सम्बन्धी कोई बीमारी है तो उसका ईलाज पूरी तरह से करवाकर तब गर्भाधान की चेष्टा की जाय। नहीं तो गर्भपात की संभावना बहुत रहती है। अधिक मुटापा भी गर्भाधान के अनुकूल नहीं है। पौष्टिकर, पर सन्तुलित भोजन खाएँ। डाक्टर यदि हारमोन की कमी बताएँ तो तदनुसार इलाज कराएँ। यदि मासिक धर्म साफ नहीं होता तो क्यूरेटिंग करवाकर गर्भाशय की सफाई करवा लेने से भी लाभ होता है। इस प्रकार की सावधानी बरतने के बाद ही गर्भाधान करना उचित है। *इससे एक लाभ यह होता है कि स्त्री को विश्वास व आत्मबल प्राप्त होता है।* क्योंकि गर्भपात की संभावना का बराबर डर बना रहना भी गर्भपात का एक कारण हो सकता है।

कोई मानसिक धक्का यथा किसी प्रियजन की मौत, आर्थिक घाटा, पति का छोड़कर चले जाना, अधिक क्रोध, शोक और सन्ताप करना या डर जाना आदि बातें भी कभी-कभी गर्भपात का कारण हो सकती हैं। इसलिए गर्भवती को इनसे बचना चाहिए। गर्भवती यदि प्रसन्न रहती है, तो उसका हाज़मा भी ठीक रहता है, उसे नींद भी अच्छी

उसी प्रकार से दिलचस्पी लेंगे जैसे कि मेरे भाई मेरी भाभी में लिया करते थे। परन्तु डाक्टर साहब अपने काम में व्यस्त रहते थे। बच्चा होना उनके लिए कुछ नवीनता नहीं रखता था। उन्होंने अपनी पत्नी की एक बार खून-पेशाब आदि की जाँच करवा कर नर्स से उन्हें इंजेक्शन लगाने को कह दिया। सुखदा को उनका यह व्यवहार बड़ा शुष्क लगा। वह मुँह लपेटे पड़ी रहती। डाक्टर साहब ज़रा कुछ रोकते-टोकते तो वह कलप-कलपकर रोने लगती। उसके हृदय में सौ तरह के डर, दुश्चिन्ताएँ और वहम समा गए। पति परेशान थे क्योंकि सुखदा की सेहत गिरती जा रही थी। न वह कुछ खाती थी, न पीती थी।

एक दिन डाक्टर साहब मेरे पास आए। मैंने उन्हें समझाया कि आप शरीर की डाक्टरी चाहे भले कर लें, पर मन का रोग आप नहीं समझ पाए। सुखदा एक भावुक नारी है। नारी के जीवन में सन्तान का जन्म बहुत अधिक महत्त्व रखता है। आप डाक्टर होने के नाते इसे एक प्राकृतिक क्रिया समझते हैं। परन्तु सुखदा इस मामले में बहुत भावुक है। आप दोनों के प्रेम की निशानी उसके गर्भ में पल रही है। इसके लिए आपको उसका अनुगृहीत होना चाहिए। उसे प्यार-दुलार चाहिए। होनेवाले बच्चे के विषय में आप दिलचस्पी लें, फिर देखिएगा कि सुखदा की यह सब उदासी कितनी जल्दी दूर हो जाती है।

और सचमुच में हुआ भी ऐसा। इस विषय में एक और घटना मुझे याद आई। कमला नाम की एक लड़की गर्भवती थी। नौवां महीना खतम होने को था। उन्हीं दिनों उसकी ननद घर आई। किसी बात पर ननद-भावज में कहा-सुनी हो गई। पति ने बहन का पक्ष लेकर कमला को डाँट दिया। इससे पत्नी को बड़ा दुख हुआ। घबराहट और क्लेश से उसके दर्द शुरू हो गए। उसका पति नर्सिंगहोम में उसे लेडी डाक्टर को सौंपकर चला आया। उससे इतना भी न हुआ कि कमरे तक जाकर पत्नी को कुछ सान्त्वना दे आता। पत्नी को इससे बड़ा धक्का लगा। वह बहुत रोई। लेडी डाक्टर और नर्स घबड़ा गई कि कहीं उसे अधिक पीड़ा तो नहीं हो रही है। पर यह कष्ट तो मानसिक था। वह बार-बार रोती रही। रो-रोकर उसने अपने को बेदम कर लिया। जब-जब लेडी डाक्टर उसे धीरज रखने को कहती, वह यही जवाब देती, "बस मैं तो जीना नहीं चाहती। डाक्टर साहब, आप मेरे बच्चे का ज़िम्मा ले लें तो मैं चैन से मर सकूँगी, इस मानसिक दुर्बलता का प्रभाव कमला के शरीर पर भी पड़ा। वह उत्साहपूर्वक प्रसव-वेदना नहीं सह सकी। बेजान-सी होकर पड़ी रही। इससे बच्चे का सिर अड़ गया। सिर दिखाई पड़ता पर बाहर नहीं निकलता था। बच्चा घुटने लगा। किसी प्रकार औज़ार लगाकर उसे खींचकर निकाला गया। इससे बच्चा और माँ दोनों को कष्ट हुआ। लेडी डाक्टर का कहना था कि कमला का मानसिक स्वास्थ्य इतना खराब हो गया था कि वह बच्चे को जन्म देने में कुछ भी उत्साह और सहयोग नहीं दिखा रही थी।

पति का यह कर्त्तव्य है कि जब पत्नी गर्भवती हो तो निम्नलिखित बातों का ध्यान रखे—

ग्राती है। वह ग्रपने होने वाले वच्चे के विषय में कल्याणकारी वातें सोचती व करती है। ग्रपने स्वास्थ्य की रक्षा करती है। इसका परिणाम मनोवैज्ञानिक रूप से हमेशा ग्रच्छा होता है। गर्भवती व गर्भ के वालक का स्वास्थ्य ग्रच्छा वना रहता है। इससे गर्भपात की संभावना मिट जाती है।

हमारे शास्त्रों में गर्भवती-स्त्री को रत्नगर्भा कहते हैं। उसकी रक्षा भी उसी प्रकार की जानी चाहिए। परिजनों को चाहिए कि गर्भवती की इच्छाग्रों को पूर्ण करें। उसकी ये इच्छाएँ 'दोहद' कहलाती हैं ग्रौर इनको पूरा करना हमारे यहाँ एक धार्मिक कृत्य के रूप में किया जाता है। पारिवारिक कलह, जलना-कुढ़ना या ग़मगीन वने रहना गर्भवती के लिए वहुत ही हानिकारक है। मेरे देखने में कई केस ऐसे ग्राए जहाँ पारिवारिक कलह ग्रौर पति की उपेक्षा से गर्भवती का जीवन दूभर हो गया। उसके खून, पेशाव ग्रादि की जाँच ठीक समय पर न होने के कारण, उसकी हालत कमज़ोर हो गई। पेशाव में एलव्युमन बढ़ जाने ग्रौर रुधिर में कैलशियम ग्रौर होमोवलोविन की कमी होने के कारण वच्चा ग्राठवें महीने ही पैदा हो गया ग्रौर वाद में कुछ दिन जीकर ही मर गया। ग्रौर प्रसूता को महीनों खटिया सेनी पड़ी तव जाकर वह स्वस्थ हुई।

कई पुरुष ऐसे होते हैं कि यदि उनकी पत्नी गर्भवती हो जाय तो वे उससे दूर-दूर रहते हैं। उनके व्यवहार में कोमलता, प्रेम ग्रौर प्रणय का स्थान उपेक्षा ले लेती है। इससे पत्नी को वहुत दुख होता है। ग्रधिकांश पुरुष ऐसा व्यवहार ब्रह्मचर्य रखने के लिए करते हैं। ऐसा करते हुए ग्रपनी ग्रोर से तो वे मानो भारी संयम कर रहे हैं। पर इसका मनोवैज्ञानिक प्रभाव पत्नी पर बहुत वुरा पड़ता है। इस समय पत्नी को पति का प्यार-दुलार, सहानुभूति, नेखभाल, सादे-सँभाल ग्रौर सहयोग की पहले से भी ग्रधिक ज़रूरत होती है। याद रखें न केवल शारीरिक परन्तु मनोवैज्ञानिक कारण भी गर्भपात की संभावना को वढ़ा देते हैं। वँच्चे का विकास कुंठित कर देते हैं। इसलिए गर्भवती की सार-सँभाल भली प्रकार होनी चाहिए।

ग्रधिकांश स्त्रियाँ नासमझी, नादानी, या झूठी लज्जा के कारण ग्रपनी तकलीफ किसी को नहीं वताती हैं। पुराने विचारों की सासों को भी यह वात पसन्द नहीं कि नवयुवक ग्रपनी पत्नियों को शुरू से ही 'चेक-ग्रप' के लिए डाक्टर के पास ले जायँ। वे इसे स्त्रियों के चोचले ग्रौर पैसे की वरवादी समझती हैं। उनका यह कहना कि 'क्या हमने वच्चे नहीं जने ? पर ग्राजकल की इन फैशनेवल वीवियों के पेट में वच्चा क्या ग्राता है मानो घर भर में हलचल मच जाती है। नौ महीने पहले से तैयारियाँ शुरू होती हैं। डाक्टरों को हर महीने दिखाया जाता है। वेहिसाव खर्च होता है, तव भी जाकर वे पूरा-पाठा वच्चा नहीं जन पातीं।' देखने में ग्राता है कि कई पुरुष घर की वड़ी-वूढ़ियों की इस ग्रालोचना से डरकर भी ग्रपनी गर्भवती पत्नी की उपेक्षा करने लगते हैं। यह ठीक नहीं है।

16

आप पिता बनने वाले हैं

कई पुरुष ऐसा सोचते हैं कि यदि पत्नी गर्भवती हो गई है तो उससे दूर ही रहना ठीक है। अपनी कामवासना को रोकने के लिए वे उसे छूते तक नहीं हैं। ऐसा तभी होता है जब कि पुरुष प्रेम और वासना में भेद नहीं कर पाता। गर्भवती नारी के शरीर में कुछ ऐसे परिवर्तन होते हैं कि वह अधिक भावुक बन जाती है। ज़रा-सी उपेक्षा, हल्की-सी झिड़की और बेपरवाही उसके मन को चोट पहुँचा जाती है। वह अपने को असुरक्षित समझने लगती है। पुरुष की बेपरवाई के कारण ढूँढ़-ढूँढ़कर तिल का ताड़ बना लेती है। एकान्त में रोती है। मन में उसके ख्याल आते हैं कि राम जाने मैं बचूँगी भी कि नहीं। मैं मर गई तो इनका क्या बिगड़ना है। और ब्याह कर लेंगे।

खास करके भावुक प्रवृत्ति की महिलाओं की मानसिक दशा इस हालत में बहुत कमज़ोर हो जाती है। पति यदि काम में व्यस्त है अथवा घर देर से पहुँचता है तो वह समझती है कि मेरे से इनका मन ऊब गया है, तभी इधर-उधर दिल बहलाते फिरते हैं। इन्हीं के कारण मेरी यह दशा हुई और अब मैं ही इन्हें बुरी लगने लगी हूँ। बच्चा होने पर यदि मेरी काया बिगड़ जाएगी, तब तो वह मेरी ओर मुँह भी नहीं करेंगे।

पति को चाहिए कि पत्नी के मन में ऐसी भावना कभी न जमने दे। क्योंकि यदि गर्भवती स्त्री अपने प्रति उदासीन हो जाती है तो उसका बुरा प्रभाव न केवल बच्चे पर ही पड़ता है अपितु उसका प्रसव भी कष्टप्रद होता है। वह अपने खानपान के प्रति उदासीन हो जाती है। उसके मन में जीने की कामना कम हो जाती है। इस प्रसंग में मुझे एक बहन की बात याद आई।

हमारे पड़ोस में एक डाक्टर दम्पति रहते थे। उनकी पत्नी का नाम था सुखदा। उनकी पत्नी जब प्रथम बार गर्भवती हुई तो वह बड़ी प्रसन्न थी। उसे अपने भाई-भावज की बात याद आई कि जब उसकी भावज के गर्भवती होने की खबर भाई को लगी तो घर में खुशी की लहर छा गई। भाभी के खान-पान और दिनचर्या का सब परिजन कितना ध्यान रखते थे। उनके मन-बहलाव की सभी कोशिश करते थे। होनेवाले बच्चे के विषय में सब अच्छी-अच्छी बातें करते। उमंग से भरकर भाभी ने उसके लिए नन्हे-नन्हे कपड़े सिए। स्वेटर बुने। इस उत्सुकता का सुन्दर परिणाम यह हुआ कि भाभी ने प्रसव-कष्ट को कुछ समझा ही नहीं। यद्यपि बच्चा वजनदार पैदा हुआ और ज़रूरत से अधिक समय भी उसके पैदा होने में लगा परन्तु प्रेम और उत्सुकता ने भाभी को सहनशक्ति प्रदान की। लेडी डाक्टर ने भाभी के साहस की बाद में बड़ी प्रशंसा की।

सुखदा ने भी यही सोचा हुआ था कि जब मैं गर्भवती होऊँगी तो मेरे पति भी मुझे

उसी प्रकार से दिलचस्पी लेंगे जैसे कि मेरे भाई मेरी भाभी में लिया करते थे। परन्तु डाक्टर साहब अपने काम में व्यस्त रहते थे। बच्चा होना उनके लिए कुछ नवीनता नहीं रखता था। उन्होंने अपनी पत्नी की एक बार खून-पेशाब आदि की जाँच करवा कर नर्स से उन्हें इंजेक्शन लगाने को कह दिया। सुखदा को उनका यह व्यवहार बड़ा शुष्क लगा। वह मुँह लपेटे पड़ी रहती। डाक्टर साहब ज़रा कुछ रोकते-टोकते तो वह कलप-कलपकर रोने लगती। उसके हृदय में सौ तरह के डर, दुश्चिन्ताएँ और वहम समा गए। पति परेशान थे क्योंकि सुखदा की सेहत गिरती जा रही थी। न वह कुछ खाती थी, न पीती थी।

एक दिन डाक्टर साहब मेरे पास आए। मैंने उन्हें समझाया कि आप शरीर की डाक्टरी चाहे भले कर लें, पर मन का रोग आप नहीं समझ पाए। सुखदा एक भावुक नारी है। नारी के जीवन में सन्तान का जन्म बहुत अधिक महत्त्व रखता है। आप डाक्टर होने के नाते इसे एक प्राकृतिक क्रिया समझते हैं। परन्तु सुखदा इस मामले में बहुत भावुक है। आप दोनों के प्रेम की निशानी उसके गर्भ में पल रही है। इसके लिए आपको उसका अनुगृहीत होना चाहिए। उसे प्यार-दुलार चाहिए। होनेवाले बच्चे के विषय में आप दिलचस्पी लें, फिर देखिएगा कि सुखदा की यह सब उदासी कितनी जल्दी दूर हो जाती है।

और सचमुच में हुआ भी ऐसा। इस विषय में एक और घटना मुझे याद आई। कमला नाम की एक लड़की गर्भवती थी। नौवां महीना खतम होने को था। उन्हीं दिनों उसकी ननद घर आई। किसी बात पर ननद-भावज में कहा-सुनी हो गई। पति ने बहन का पक्ष लेकर कमला को डाँट दिया। इससे पत्नी को बड़ा दुख हुआ। घबराहट और क्लेश से उसके दर्द शुरू हो गए। उसका पति नर्सिंगहोम में उसे लेडी डाक्टर को सौंपकर चला आया। उससे इतना भी न हुआ कि कमरे तक जाकर पत्नी को कुछ सान्त्वना दे आता। पत्नी को इससे बड़ा धक्का लगा। वह बहुत रोई। लेडी डाक्टर और नर्स घबड़ा गईं कि कहीं उसे अधिक पीड़ा तो नहीं हो रही है। पर यह कष्ट तो मानसिक था। वह बार-बार रोती रही। रो-रोकर उसने अपने को बेदम कर लिया। जब-जब लेडी डाक्टर उसे धीरज रखने को कहती, वह यही जवाब देती, "बस मैं तो जीना नहीं चाहती। डाक्टर साहब, आप मेरे बच्चे का ज़िम्मा ले लें तो मैं चैन से मर सकूँगी, इस मानसिक दुर्बलता का प्रभाव कमला के शरीर पर भी पड़ा। वह उत्साहपूर्वक प्रसव-वेदना नहीं सह सकी। बेजान-सी होकर पड़ी रही। इससे बच्चे का सिर अड़ गया। सिर दिखाई पड़ता पर बाहर नहीं निकलता था। बच्चा घुटने लगा। किसी प्रकार औज़ार लगाकर उसे खींचकर निकाला गया। इससे बच्चा और माँ दोनों को कष्ट हुआ। लेडी डाक्टर का कहना था कि कमला का मानसिक स्वास्थ्य इतना खराब हो गया था कि वह बच्चे को जन्म देने में कुछ भी उत्साह और सहयोग नहीं दिखा रही थी।

पति का यह कर्त्तव्य है कि जब पत्नी गर्भवती हो तो निम्नलिखित बातों का ध्यान रखे—

(1) पत्नी के सुख-आराम का अपनी सामर्थ्य के अनुसार ध्यान रखे।

(2) गर्भ के लक्षण प्रकट होने पर लेडी डाक्टर को दिखाए। उसके पेशाब, खून की परीक्षण करवा लें।

(3) गर्भवती के भोजन और दिनचर्या में खुद भी दिलचस्पी लें। इससे पत्नी को यह विश्वास होता है कि पति को मेरे और मेरे बच्चे के कल्याण की फिक्र है।

(4) बच्चा कहां होगा, उसके लिए क्या-क्या तैयारियां करनी हैं, इस विषय में पत्नी से सलाह-मशविरा करता रहे। अपने होनेवाले बच्चे के बारे में बातचीत करे। इससे पत्नी को प्रसन्नता होती है।

(5) पत्नी को बच्चे के लिए छोटे-छोटे कपड़े, गुदड़ी, बिछौना आदि बनाने की प्रेरणा दे।

(6) पत्नी के स्वास्थ्य का विशेष ध्यान रखे।

(7) उसको प्रसन्न रखने की चेष्टा करे। उसका दुलार-प्यार करे। उसके हृदय में विश्वास और आशा पैदा करे।

(8) पत्नी को सभी प्रकार की शारीरिक थकान, उदासी और निराशा से बचाए। अनचाहे और सतानेवाले परिजनों से उसे दूर रखे।

(9) पहले से ही प्रसव की सुविधाजनक व्यवस्था करना न भूले।

(10) प्रसव और बच्चे के पालन-पोषण के लिए कुछ धन बचाकर रखना जरूरी है।

(11) शाम को पत्नी को अपने साथ टहलाने ले जाए।

(12) प्रशंसा, प्रेम और मीठी बातों से उसका मन प्रसन्न रखे।

(13) इस काल में स्त्री के मन में कई इच्छाएँ जाग उठती हैं। कुछ विशेष चीजें खाने को मन करता है। इसे 'दोहद इच्छा' कहते हैं। जहां तक हो सके, इस दोहद इच्छा को पूरा करना चाहिए।

(14) यदि उसके मन में कोई डर या शंका है तो उसे ऐसा मौका दे कि अपनी किसी विश्वासपात्र सखी, माँ या लेडी डाक्टर से वह अपने मन की बात कह सके। ऐसा करने से उसका मन स्वस्थ हो जाएगा।

(15) नौवां मास लगते गर्भवती के पास किसी विश्वासपात्री महिला का होना जरूरी है। उसके अभाव में गर्भवती स्वयं को असुरक्षित अनुभव करती है।

(16) अच्छा हो कि गर्भवती को आरम्भ में ही शिशु-पालन आदि की व्यावहारिक शिक्षा दी जाय। इससे उसका मन भी बहलेगा और समय आने पर वह अपने बच्चे को भी ठीक से सभाल सकेगी।

गर्भवती और सम्भोग—दूसरे और तीसरे महीने में यदि गर्भवती को उल्टी आती हो तो उसके साथ सम्भोग नहीं करना चाहिए। क्योंकि अधिक हलचल से उल्टी होने का डर रहता है। अन्यथा पांच-छः महीने तक गर्भवती के साथ संभालकर सम्भोग करने में कोई हानि नहीं है।

यदि किसी गर्भवती को गर्भपात की शिकायत रह चुकी हो या सम्भावना हो तो उसके साथ सम्भोग करना खतरे से खाली नहीं है। ऐसी स्त्री को सभी प्रकार की उत्तेजना से बचाना उचित है। कई नासमझ कामुक पुरुष गर्भवती के साथ रति करते हैं। इसका प्रभाव स्त्री के स्वास्थ्य पर बहुत बुरा पड़ता है। ऐसे दम्पति के बच्चे मन्दबुद्धि और दुर्बल पैदा होते हैं।

पति का प्रभाव—गर्भवती पर परिजनों के अतिरिक्त पति के व्यवहार और कथन का भी बड़ा प्रभाव पड़ता है। जब पत्नी गर्भवती होती है तो अधिकांश पति बड़े परेशान और चिन्तित हो जाते हैं। उनकी यह परेशानी पत्नी को भी व्याप जाती है। वह सोचने लगती है मानो कोई मुसीबत गले पड़ गई। पता नहीं मैं बचूंगी कि नहीं। उसे अपनी सहेलियों और बड़ी-बूढ़ियों की सहानुभूति के रूप में कही हुई बातें याद आती हैं—'हाय, गर्भवती के तो पानीभरे हाड़ होते हैं। भगवान करे ठीक से नहा-धोकर उठे।' 'अजी, औरत कफन सिर पर बांधकर जच्चाघर में घुसती है। बचकर निकल आए तो उसका भाग्य!' 'हां बहन, कहती तो सच हो, इस अँधेरी कोठरी (गर्भाशय) में राम जाने भगवान ने क्या रखा हुआ है। गठरी ठीक से छूट जाय यही बहुत है।'

समझदार पति अपनी पत्नी के मानसिक बल को बढ़ाते हैं। बढ़ा-चढ़ाकर वर्णन की हुई दुर्घटनाओं के बुरे प्रभाव से वे उसे बचाते रहते हैं। यह तभी सम्भव हो सकता है जब कि पति अपनी पत्नी के प्रति सहानुभूति रखे, उसमें दिलचस्पी ले। गर्भाधान बच्चे के विकास और जन्म के विषय में पति-पत्नी दोनों मिलकर प्रामाणिक पुस्तकें पढ़ें। इस विषय में मैंने अपनी पुस्तक 'पीड़ा रहित प्रसव' में विस्तारपूर्वक लिखा है।

पति का पत्नी के विषय में चिन्तित होना स्वाभाविक है, पर चिन्ता का यह मतलब नहीं कि पत्नी की परेशानी बढ़ा दी जाय। आजकल तो प्रसव पीड़ा की पहली स्टेज में पति को पत्नी के पास इसलिए रहने देना उचित भी समझा जाता है कि वह अपने प्यार, दुलार और विश्वास से पत्नी का साहस बढ़ा सके। पर यदि पति ही घबराकर परेशानी प्रकट करने लगे तो पत्नी का कष्ट और भय बढ़ जाएगा और वह प्रसव में सहयोग देने की अपेक्षा उससे बचने की चेष्टा करेगी जिससे उसके अंगों में बेहद तनाव बढ़ जाएगा और बच्चा निकल नहीं पाएगा। गर्भावस्था और प्रसव काल दोनों ही समय पति का सहयोग बहुत महत्त्व रखता है। यदि पति कोशिश करे तो पत्नी के हृदय में बच्चे के जन्म की कल्पना एक सुखद उत्सुकता जाग्रत कर देती है। हम अपने किसी प्रियजन से मिलने को उत्सुक हैं। उसके स्वागत के लिए हम तैयारी करते हैं। उसकी सुख-सुविधा का प्रबन्ध करते हैं। स्टेशन पर उसे लेने जाते हैं। ये सब परेशानी हम इसलिए सहते हैं कि हमें उस व्यक्ति से मिलने की उत्कण्ठा है। अब अपनी सन्तान को गोद में लेने की उत्कण्ठा भी एक माँ के हृदय में कुछ कम नहीं होती। उनके लिए यदि पत्नी को कुछ कष्ट सहने के लिए तैयार कर दिया जाय और यह समझा दिया जाय कि प्रसव के समय कष्ट तो मामूली होगा। बच्चे का जन्म एक कुदरती खेल है। उस खेल को सहर्ष खेलते हुए उसके परिणामस्वरूप जो

प्राप्ति होगी, उससे जो आनन्द मिलेगा वह अतुलनीय होगा
जो पत्नी प्रसव के लिए तैयार होती है उसे कष्ट नाममात्र को

दूसरी बात जिसमें पति सहयोग दे सकता है कि लड़का हो
इस विषय में जिम्मेदार ठहराना ठीक नहीं। जिन स्त्रियों के हर
उन्हें प्रसव का सोचकर ही डर लगता है कि यदि अब की बार
परिवार में मेरी कद्र घट जाएगी। मैंने स्त्रियों को लड़की पैदा करने बाद रोते देखा है। इस तनाव से उनका मानसिक स्वास्थ्य बिगड़ जाता है। छाती से दूध नहीं उतरता।

माना कि गर्भवती स्त्री पति की वासना ठीक से पूरी नहीं कर पाती, पर इतनी सी बात पर पत्नी से दूर-दूर रहना या उसके प्रति नीरस बनना महाभूल है। इसके विपरीत पति को अपनी पत्नी का इस हालत में अधिक दुलार और सम्मान करना चाहिए। गर्भवती को हमारे देश में रत्नगर्भा कहकर पूजा जाता है। तभी तो गर्भवती के मनोरंजन के लिए चौथे और सातवें महीने उत्सव मनाए जाते हैं। फूलों से उसका शृंगार किया जाता है। उसे अच्छा-अच्छा भोजन और कपड़े खिलाते-पहनाते हैं। पिकनिक के लिए बाहर ले जाते हैं। गर्भवती की खान-पान सम्बन्धी इच्छा पूरी करना एक सामाजिक कर्तव्य समझा जाता है।

जिन दिनों मैं यह पुस्तक लिख रही थी, एक नर्सिंगहोम में मुझे जाने का मौका मिला। वहाँ लेडी डाक्टर ने मुझे बताया कि गर्भवती स्त्रियों से भी अधिक उनके पति परेशान रहते हैं यह सोच-सोचकर कि राम जाने, कैसी बीते, जब उनकी पत्नी जच्चाघर में जाएगी? जब लेडी डाक्टर को इस बात का पता चला कि मैं पीड़ारहित प्रसव पर एक पुस्तक लिख रही हूँ तो उसने मेरा हाथ पकड़कर कहा, "ज़रा जल्दी खतम कर डालो उस पुस्तक को, ताकि मेरा काम भी हल्का हो जाय। पुरुषों को समझाते-समझाते मैं परेशान हो गई हूँ। कुछ प्रतियाँ उस पुस्तक की हरेक नर्सिंगहोम में रहें तो लेडी डाक्टर का काम भी आसान हो जाय।"

बाद में मुझे लेडी डाक्टर ने बताया कि 'पीड़ारहित प्रसव' पुस्तक पढ़ने के बाद पति-पत्नी दोनों की अनेक समस्याएँ हल हो गईं और पत्नी का प्रसव सुखपूर्वक हुआ।

यँ

17

दो से तीन

बच्चे घर की शोभा हैं। सन्तान की लालसा प्रत्येक दम्पति में होनी स्वाभाविक है। विवाह-वेदी पर गुरुजन वधू को आशीर्वाद देते हैं, "अष्ट पुत्रवती भव।" यह आशीर्वाद उस ज़माने में ठीक था जब कि भारत में धन और धान्य की कोई कमी नहीं थी, दूध की तो मानो नदियाँ ही बहती थीं—बच्चों की शिक्षा का भार माँ-बाप पर न होकर राज्य पर था। उन्हें गुरुकुलों में नि:शुल्क शिक्षा मिलती थी। शुद्ध हवा, पानी, धूप, फल-फूल—सबका पूरा लाभ उठाते हुए, वे प्रकृति की गोद में खेलकर बड़े होते थे। बचपन में माता के आँचल में उन्हें भरपेट दूध पीने को मिलता था। दूध, दही और मक्खन से पुष्ट उनका नवनीत-सा शरीर एक आकर्षक तेज से युक्त होता था। सभ्यता-शिष्टता का पाठ वे अपने माँ-बाप, गुरु तथा संगी-साथियों से पढ़ते थे। उन दिनों न तो खाने-पीने का अभाव था और न ही सभ्यता ने विकसित होकर आडम्बर और छल-प्रपंच की खोल ही पहननी थी।

अब मानव तो वही है, परन्तु अभाव और परिस्थितियों ने उसका स्वभाव और

रहन-सहन बदल दिया है। भूख ने माता के स्तनों का दूध सुखा दिया। उनकी ममता भी अब कुछ हद तक कठोर हो गई है। पेट की ज्वाला शान्त करने के लिए वह अपने बच्चे की उपेक्षा करके जीविका उपार्जन की फिक्र में रहती है। दूसरी ओर फैशन ने बच्चे को माँ की छाती से छुड़ाकर माया की गोद में ला धरा है।

कुदरत ने माँ के हृदय में तड़पने वाला दिल दिया है, स्तनों में दूध भरा है और दी है एक ऐसी समझ, जिसके आधार पर वह मूक असहाय बच्चे के दुख-सुख को सहज ही समझ लेती है। जानवर और पक्षी मादा तक अपने बच्चे की रक्षा करने के लिए प्राणों पर खेल जाती है। जन्म से पहले बच्चों के लिए ये सुविधाएं कुदरती हैं। यही स्वाभाविक प्रेम बच्चे को कवच के सदृश रक्षा करता है। माँ के सदृश बच्चे की कोई सेवा नहीं कर सकता। जिन बच्चों को बचपन में माँ का दुलार नहीं मिलता, वे बड़े होकर भी अपने जीवन में सूनापन अनुभव करते हैं। अपनी स्त्री की सेवा और प्रेम में नारी के मातृत्व रूप की झाँकी देखकर, वे आनन्दविभोर हो जाते हैं। अगर कहीं दुर्भाग्य से उन्हें अपने विवाहित जीवन में भी इस सुखद प्रेम का अभाव बना रहा तब तो उनका मन चोट खाकर हाहाकार कर उठता है।

मातृत्व के प्रति सम्मान और उसके लिए त्याग प्रत्येक परिजन का कर्तव्य है। गर्भवती के स्वास्थ्य की रक्षा प्रसूता के आराम का पूर्ण प्रबन्ध तथा छोटे बच्चे की माँ को खाने-पीने तथा बच्चे की देख-भाल के लिए पूर्ण सुविधाएँ देनी आवश्यक हैं। जिस दिन से बच्चा गर्भ में आता है उस दिन से लेकर जब तक बच्चा माँ का दूध पीता है, दोनों एक ही इकाई समझे जाने चाहिएँ। एक के स्वास्थ्य का दूसरे पर बहुत प्रभाव पड़ता है। अनुकूल स्थिति में मातृत्व के विकास के साथ नारी का सौन्दर्य निखर उठता है। परन्तु प्रायः देखने में आता है कि गर्भवती की उपेक्षा की जाती है। प्रसूति-गृह में जच्चा की ठीक से देखभाल न होने पर दुर्बलता के कारण वह शीघ्र ही अनेक रोगों का शिकार हो जाती है। रोगी माँ का दूध पीकर बच्चा भी बीमार रहने

लगता है। अगर सौभाग्य से जच्चा प्रसूति-गृह से ठीक से निकल आई, तो बाद में घर का

धंधा उसको चैन से नहीं रहने देता। समयाभाव के कारण वह बच्चे की देखभाल सुविधाजनक ढंग से नहीं कर पाती।

मानव प्राकृतिक नियमों की भी उपेक्षा करने लगा है। जब बच्चा छोटा होता है, माँ पर केवल उसी का अधिकार होना चाहिए, घर-बार की परेशानियाँ तथा उत्तेजना से उसका दूध दूषित हो जाता है, जिसका दुष्परिणाम बच्चे के स्वास्थ्य पर अवश्य पड़ता है। जो बच्चा जन्म के समय स्वस्थ है, वह कुछ दिन बाद ही कई रोगों का शिकार क्यों हो जाता है ? माँ के खान-पान, रहन-सहन तथा दिनचर्या में गड़बड़ होने से बच्चे का स्वास्थ्य धक्का खा जाता है। इस प्रतिकूल वातावरण की छाप धीरे-धीरे इतनी गहरी होती जाती है कि बच्चा न केवल शारीरिक रूप से ही परन्तु मानसिक रूप से भी अस्वस्थ रहने लगता है। मानव, जो कि देवता का प्रतिरूप है, बड़ा होकर इतना स्वार्थी और कर्त्तव्यहीन क्यों हो जाता है ? मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि प्रत्येक व्यक्ति की शारीरिक और मानसिक व्याधियों का हेतु उसके बचपन से अवश्य सम्बन्ध रखता है। उसके माँ-बाप द्वारा की गई पालन-पोषण और शिक्षा-सम्बन्धी भूलों का कुफल उसे बड़े होकर भोगना पड़ता है। पशु-पक्षी अपने स्वाभाविक गुण वफ़ादारी, स्वामिभक्ति, वीरता तथा कोमलता आदि को नहीं छोड़ते। वे प्रायः अपनी पूरी उम्र भी भोगते हैं। फिर मनुष्य का बच्चा ही क्यों इतना कुसंस्कारी हो जाता है ? गर्भवती माता द्वारा ब्रह्मचर्य का उल्लंघन, जन्म के बाद बच्चे को माता के दूध तथा सान्निध्य का अभाव आदि बातें अस्वाभाविक नहीं हैं तो और क्या हैं ? जिन बच्चों को माता का स्तन-पान करने का सौभाग्य प्राप्त नहीं होता, वे बड़े होकर अधिक मात्रा में सिगरेट तथा शराब पीने लगते हैं। साथ ही उनकी हर समय कुछ चबाने की इच्छा होती है, या वे बहुत बकवासी बन जाते हैं। ऐसी सूरत में उनका हाजमा, दाँत और मिजाज़ सभी नाज़ुक बने रहते हैं। अब देखिए बचपन का एक अभाव कितनी ज़बरदस्त प्रतिक्रिया दिखाता है।

सन्तान आत्मज कहलाती है। अपनी आत्मा को बच्चे में प्रतिबिम्बित देखकर माँ-बाप को कितना आनन्द होता है ? अतएव बच्चे का जन्म एक आकस्मिक घटना नहीं होनी चाहिए।

अनुकूल वातावरण बनाएँ—माता-पिता बनने के लिए शरीर और मन की स्वस्थता तथा आर्थिक स्थिति का सन्तोषजनक होना बहुत आवश्यक है। बच्चा बहुत-से शारीरिक और मानसिक गुण और दोष अपने माँ-बाप से लेता है, आरम्भ में चाहे वे इतने स्पष्ट न दीखते हों, परन्तु वयः-सन्धि की अवस्था में उनकी छाप उभर आती है। रूप-रंग, ढाँचा, बोल-चाल, लहजा, भाव-भंगी यहाँ तक कि लिखावट पर भी घराने की छाप होती है। कई एक विशेषताएँ और दोष पीढ़ी दर पीढ़ी तक चले आते हैं। बच्चे बहुत-सी बातें तो देखादेखी तथा संगति से ही सीखते हैं। आस-पास के वातावरण का उन पर बहुत प्रभाव पड़ता है। सभ्यता तथा शिक्षा की प्रगतिशीलता ने अभिभावकों को बच्चों के प्रति कर्त्तव्यशील होने की प्रेरणा तो दी है, परन्तु अभी सभी पालक बच्चों के अधिकारों

को नही समझने लगे हैं। अगर हम यह समझ जायें कि प्रत्येक परिवार, समाज और राष्ट्र का यह कर्तव्य है कि वह अपने बच्चों के विकसित होने के लिए अनुकूल वातावरण पैदा करे, तो तीस वर्ष के अर्से मे ही नवयुग आ जाएगा, जिसमें सभी नागरिक कर्तव्य-शील, हृष्ट-पुष्ट तथा सन्तुष्ट होंगे।

बच्चे के व्यक्तित्व का सम्मान करें—बचपन मे प्रत्येक बच्चे को बड़ों के शासन में रहना पड़ता है। बड़े अपनी सुविधा और इच्छानुसार उन्हें पालते-पोसते तथा शिक्षा देते हैं। अगर बच्चा उनकी दिनचर्या में खलल डालता है तो वे उसको नियम, पाबन्दी तथा अनुशासन की डोरी से कस देते हैं, जिससे उसका विकास एक तग दायरे मे होता है। बड़ों के साथ बच्चों का यह सघर्ष उनके स्वाभाविक विकास में बहुत कुछ बाधा पहुँचाता है। इस बात को एक बच्चा स्पष्ट नही कर सकता। वह नन्हा-मुन्ना माँ-बाप पर आश्रित है। यह सघर्ष तो ऐसा है कि जिसमें केवल एक ओर की कहानी का पता चलता है। समाज तो बड़ों का बनाया हुआ है! नक्कारखाने मे तूती की आवाज भला किसे सुनाई देती है?

बच्चे भगवान् की सबसे बड़ी देन है। माँ-बाप और गुरु उसके अभिभावक चुने गए हैं। बच्चा मानव के सभी स्वाभाविक गुण और शक्तियों को लेकर पैदा होता है। उन्हें विकसित करना इन अभिभावकों का काम है। अतएव बच्चों की भूल-चूक, विफलता आदि की जिम्मेदारी उन्ही पर है। 'हमने तो उन्हें प्रेम से पाला, अपनी सुविधाएँ उनके लिए छोड़ीं, उन्हें नेक और योग्य बनाने की पूर्ण चेष्टा की, मगर इस पर भी वे बुरे निकल गए तो इसमे उनका भाग्य और कर्म दोषी है।' ऐसा कहकर माँ-बाप और गुरु अपनी जिम्मेदारी से बरी नही हो सकते। भूल उन्होंने ही की है, जिसके कारण बच्चे की शक्तियों, या तो कुठित हो गई या वे विपरीत ढग से विकसित हुई हैं। बच्चे की छिपी हुई शक्तियाँ योग्यता तथा सस्कारों को समझने और परखने की योग्यता का अभाव ही अभिभावकों की विफलता का कारण है। वे इस प्रकार व्यवहार करते है, मानो बच्चा निरा कोरा है। वे अपने आदर्श, विचार तथा दृष्टिकोण को कसौटी मानकर अपनी सुविधानुसार बच्चे को ढालने की चेष्टा करते है। अगर बच्चा इसका प्रतिरोध करता है, तो उसका दमन किया जाता है। इस प्रकार बच्चे के व्यक्तित्व को कुचलकर, उसका चरित्र-निर्माण करने की भूल करते हुए भी प्रत्येक व्यक्ति स्वय को एक सफल अभिभावक समझता है।

जिम्मेदारी को सँभालें—अधिकाश बच्चों का जन्म एक अस्वाभाविक वातावरण मे होता है। पुरुष कठिनाई से दो जनों का पेट भर पाता है कि वह बाप बनने की भूल कर बैठता है। स्त्री पूर्ण रूप से बच्चे का भार सँभालने और उसे पालने-पोसने के लिए तैयार नही हो पाती कि माँ बनने के लिए उसे बाध्य होना पड़ता है। 'हाय, अभी तो खाने-खेलने के दिन थे, यह मुसीबत कहाँ से खड़ी हो गई? मुझे क्या मालूम, कि बच्चे कैसे पाले जाते हैं? यह हर समय रोता ही रहता है, मारे दिन बीमार ही रहता है। इसके मारे मेरी नींद

हराम हो गई है, चैन जाता रहा है, ऊपर घर का धंधा सिर पर है, बच्चे की चिन्ता अलग खाये जा रही है।' पहले बच्चे की मां बन कर प्रायः अधिकांश नवयुवतियां ऐसे ही उद्गार प्रकट करती हैं। मातृ-विज्ञान या शिशु-मनोविज्ञान की उन्हें कोई शिक्षा ही नहीं मिलती है। एक-दो वच्चों को खोकर, अपना स्वास्थ्य विगाड़कर, तब कहीं वे दो-चार वच्चों की मां बन पाती हैं और तब तक अपने कटु अनुभव तथा बच्चों की समस्याओं की वह इतनी आदी हो जाती है कि उसे सुधारने की चेष्टा भी नहीं करती। इसी प्रकार पुरुष भी बाप बनने के बाद परेशान हो जाता है। बच्चे के कारण स्त्री को अस्वस्थ तथा परेशान देखकर, उसे बच्चे का जन्म वैवाहिक जीवन की खिलखिल खेलों में खलल डालने वाला लगता है। बच्चे की मांगें, समय-वेसमय रोना, तथा अपनी मां पर अधिकार जमाने की चेष्टा बाप को बिलकुल नहीं भाती। डांट-डपट से वह उसे काबू में करना चाहता है। अगर बड़े होकर वह एक समस्यापूर्ण बच्चा बनता है तो बाप सारा दोष मां, गुरु तथा शिक्षा और जमाने आदि पर डालकर स्वयं बरी होना चाहता है।

वड़ों के लिए वच्चा मानो एक खिलौना है। जितनी देर चहकता रहा, मनोरंजन करता रहा, उसमें दिलचस्पी ली; जहां उसने जरा गड़बड़ की या तो उसकी उपेक्षा कर दी या उसे धमका दिया। वच्चा देखता है, वड़ों की दुनिया में मेरे लिए स्थान नहीं है। वल और अधिकार दोनों में ये मुझसे श्रेष्ठ हैं, अतएव वह अपनी लाचारी की ओट में माँ-वाप की ममता को दाव पर रखता है। रोकर, मचलकर, विगड़कर वह मनचाही करवा लेता है। जव उसे वड़ों की दुर्वलता का पता चल जाता है, वह उससे लाभ उठाना नहीं भूलता। शनैः-शनैः उसमें वहुत से दोप आ जाते हैं। उसका चरित्र ढलान की ओर लुढ़कने लगता है। वड़ों के जिस अन्याय का वह मुक़ावला नहीं कर पाता, उसका जुर्माना वह अपने से छोटों से वसूल करता है। कोई आश्चर्य नहीं कि आगे जाकर अपने माँ-वाप की भूल वह अपने वच्चों पर भी दोहराए। इस प्रकार एक दुश्चक्र-सा वनता जाता है।

प्रेम, प्रोत्साहन, सम्मान तथा सुरक्षा की गारंटी—इन वातों की आवश्यकता वड़ों से भी अधिक वच्चों को है। एक अनचाहा और उपेक्षित वच्चा सहज ही एक रोगी और समस्यापूर्ण वच्चा वन जाता है। प्रतिकूल वातावरण के कारण कई होनहार वच्चों की शक्तियाँ भी कुंठित या गुमराह हो जाती है, जवकि कई दुर्वल और अस्वाभाविक वच्चे भी अनुकूल वातावरण में पनप जाते हैं। अनुकूल वातावरण पैदा करना ही माता-पिता का काम है। वच्चों को हर समय नकारात्मक नियमों से जकड़-वन्द करना उचित नहीं है, वड़ों के उदाहरण ही ऐसे होने चाहिएँ कि उन्हें यथासमय ठीक ढंग से काम करने की प्रेरणा मिलती रहे। वच्चे का घर में रहना वड़ों के लिए एक चेतावनी है। मानो वह पुकारकर कहता है—'देखो, सँभलकर रहना, तुम्हारी हरकतों का मैं आइना हूँ। जैसा तुम करोगे मुझे भी वैसा ही करता पाओगे।'

पिता का महत्त्व—वच्चे के विकास में पिता भी वहुत वड़ा पार्ट अदा करता है।

पिता के द्वारा दी गई प्रेरणा, सुझाव और सहयोग बच्चे के लिए बहुत महत्त्वपूर्ण हैं। माता की भूल के कारण अधिकांश पिता बच्चे के लिए एक डाँटने और सजा देने वाले दरोगा-मात्र बनकर रह जाते हैं। ऐसी भूल करके माता अपना महत्त्व भी कम करती है।

बहुत कम घरों में सहयोग से काम होता है। अगर माता-पिता दोनों में से एक शासक है और दूसरा शासित, अथवा दोनों में प्रायः मतभेद रहता है, तो इसका बच्चे पर बड़ा बुरा प्रभाव पड़ता है। दोअमली राज्य में भला कौन प्रजा सुखी हुई है ? बच्चे की समझ में नहीं आता कि किसकी बात ठीक समझूँ और किसकी ग़लत। फलस्वरूप वह मनमौजी ढंग से व्यवहार करने लगता है।

इसलिए विवाह करने से पहले प्रत्येक युवक और युवती के लिए यह आवश्यक है कि वे माता-पिता के कर्तव्यों को समझें। बच्चों का पालन-पोषण, बच्चों की समस्याएँ तथा बच्चों का शिक्षण इन तीन मुख्य विषयों की उन्हें अच्छी जानकारी होनी चाहिए, ताकि आगे जाकर जब उनके अपने बच्चे हों, तो वे सन्तोषजनक ढंग से उनका पालन-पोषण कर अपने गृहस्थजीवन को सुखद और सफल बना सकें। अब युग का यह तकाज़ा है कि कोई भी स्त्री अनचाहे बच्चे की माँ बनने की ग़लती न करे। माँ-बाप बच्चे के न केवल शरीर के ही अपितु उसके चरित्र के भी निर्माता हैं। इस दृष्टि से मातृ-विज्ञान की

हराम हो गई है, चैन जाता रहा है, इधर घर का धंधा सिर पर है, बच्चे की चिन्ता अलग खाये जा रही है।' पहले बच्चे की माँ बनकर प्रायः अधिकांश नवयुवतियाँ ऐसे ही उद्गार प्रकट करती हैं। मातृ-विज्ञान या शिशु-मनोविज्ञान की उन्हें कोई शिक्षा ही नहीं मिलती है। एक-दो बच्चों को खोकर, अपना स्वास्थ्य बिगाड़कर, तब कहीं वे दो-चार बच्चों की माँ बन पाती हैं और तब तक अपने कटु अनुभव तथा बच्चों की समस्याओं की वह इतनी आदी हो जाती है कि उसे सुधारने की चेष्टा भी नहीं करती। इसी प्रकार पुरुष भी बाप बनने के बाद परेशान हो जाता है। बच्चे के कारण स्त्री को अस्वस्थ तथा परेशान देखकर, उसे बच्चे का जन्म वैवाहिक जीवन की खिलखिल खेलों में खलल डालने वाला लगता है। बच्चे की माँगें, समय-बेसमय रोना, तथा अपनी माँ पर अधिकार जमाने की चेष्टा बाप को बिलकुल नहीं भाती। डाँट-डपट से वह उसे क़ाबू में करना चाहता है। अगर बड़े होकर वह एक समस्यापूर्ण बच्चा बनता है तो बाप सारा दोष माँ, गुरु तथा शिक्षा और ज़माने आदि पर डालकर स्वयं बरी होना चाहता है।

बड़ों के लिए बच्चा मानो एक खिलौना है। जितनी देर चहकता रहा, मनोरंजन करता रहा, उसमें दिलचस्पी ली; जहाँ उसने ज़रा गड़बड़ की या तो उसकी अपेक्षा कर दी या उसे धमका दिया। बच्चा देखता है, बड़ों की दुनिया में मेरे लिए स्थान नहीं है। बल और अधिकार दोनों में वे मुझसे श्रेष्ठ हैं, अतएव वह अपनी लाचारी की ओट में माँ-बाप की ममता को दाव पर रखता है। रोकर, मचलकर, बिगड़कर वह मनचाही करवा लेता है। जब उसे बड़ों की दुर्बलता का पता चल जाता है, वह उससे लाभ उठाना नहीं भूलता। शनैः-शनैः उसमें बहुत से दोष आ जाते हैं। उसका चरित्र ढलान की ओर लुढ़कने लगता है। बड़ों के जिस अन्याय का वह मुक़ाबला नहीं कर पाता, उसका जुर्माना वह अपने से छोटों से वसूल करता है। कोई आश्चर्य नहीं कि आगे जाकर अपने माँ-बाप की भूल वह अपने बच्चों पर भी दोहराए। इस प्रकार एक दुश्चक्र-सा बनता जाता है।

प्रेम, प्रोत्साहन, सम्मान तथा सुरक्षा की गारंटी—इन बातों की आवश्यकता बड़ों से भी अधिक बच्चों को है। एक अनचाहा और उपेक्षित बच्चा सहज ही एक रोगी और समस्यापूर्ण बच्चा बन जाता है। प्रतिकूल वातावरण के कारण कई होनहार बच्चों की शक्तियाँ भी कुंठित या गुमराह हो जाती है, जबकि कई दुर्बल और अस्वाभाविक बच्चे भी अनुकूल वातावरण में पनप जाते हैं। अनुकूल वातावरण पैदा करना ही माता-पिता का काम है। बच्चों को हर समय नकारात्मक नियमों से जकड़-बन्द करना उचित नहीं है। बड़ों के उदाहरण ही ऐसे होने चाहिएँ कि उन्हें यथासमय ठीक ढंग से काम करने की प्रेरणा मिलती रहे। बच्चे का घर में रहना बड़ों के लिए एक चेतावनी है। मानो वह पुकारकर कहता है—'देखो, सँभलकर रहना, तुम्हारी हरकतों का मैं आइना हूँ। जैसा तुम करोगे मुझे भी वैसा ही करता पाओगे।'

पिता का महत्त्व—बच्चे के विकास में पिता भी बहुत बड़ा पार्ट अदा करता है।

पिता के द्वारा दी गई प्रेरणा, सुझाव और सहयोग बच्चे के लिए बहुत महत्त्वपूर्ण हैं। माता की भूल के कारण अधिकांश पिता बच्चे के लिए एक डाँटने और सजा देने वाले दरोगा-मात्र बनकर रह जाते हैं। ऐसी भूल करके माता अपना महत्त्व भी कम करती है।

बहुत कम घरों में सहयोग से काम होता है। अगर माता-पिता दोनों में से एक शासक है और दूसरा शासित, अथवा दोनों में प्रायः मतभेद रहता है, तो इसका बच्चे पर बड़ा बुरा प्रभाव पड़ता है। दोअमली राज्य में भला कौन प्रजा सुखी हुई है? बच्चे की समझ में नहीं आता कि किसकी बात ठीक समझूँ और किसकी गलत। फलस्वरूप वह मनमौजी ढंग से व्यवहार करने लगता है।

इसलिए विवाह करने से पहले प्रत्येक युवक और युवती के लिए यह आवश्यक है कि वे माता-पिता के कर्तव्यों को समझें। बच्चों का पालन-पोषण, बच्चों की समस्याएँ तथा बच्चों का शिक्षण इन तीन मुख्य विषयों की उन्हें अच्छी जानकारी होनी चाहिए, ताकि आगे जाकर जब उनके अपने बच्चे हों, तो वे सन्तोषजनक ढंग से उनका पालन-पोषण कर अपने गृहस्थजीवन को सुखद और सफल बना सकें। अब युग का यह तकाजा है कि कोई भी स्त्री अनचाहे बच्चे की माँ बनने की गलती न करे। माँ-बाप बच्चे के न केवल शरीर के ही अपितु उसके चरित्र के भी निर्माता हैं। इस दृष्टि से मातृ-विज्ञान की

हराम हो गई है, चैन जाता रहा है, इधर घर का धंधा सिर पर है, बच्चे की चिन्ता अलग खाये जा रही है।' पहले बच्चे की माँ बनकर प्रायः अधिकांश नवयुवतियाँ ऐसे ही उद्गार प्रकट करती हैं। मातृ-विज्ञान या शिशु-मनोविज्ञान की उन्हें कोई शिक्षा ही नहीं मिलती है। एक-दो बच्चों को खोकर, अपना स्वास्थ्य बिगाड़कर, तब कहीं वे दो-चार बच्चों की माँ बन पाती हैं और तब तक अपने कटु अनुभव तथा बच्चों की समस्याओं की वह इतनी आदी हो जाती है कि उसे सुधारने की चेष्टा भी नहीं करती। इसी प्रकार पुरुष भी बाप बनने के बाद परेशान हो जाता है। बच्चे के कारण स्त्री को अस्वस्थ तथा परेशान देखकर, उसे बच्चे का जन्म वैवाहिक जीवन की खिलखिल खेलों में खलल डालने वाला लगता है। बच्चे की माँगें, समय-बेसमय रोना, तथा अपनी माँ पर अधिकार जमाने की चेष्टा बाप को बिलकुल नहीं भाती। डाँट-डपट से वह उसे क़ाबू में करना चाहता है। अगर बड़े होकर वह एक समस्यापूर्ण बच्चा बनता है तो बाप सारा दोष माँ, गुरु तथा शिक्षा और ज़माने आदि पर डालकर स्वयं बरी होना चाहता है।

बड़ों के लिए बच्चा मानो एक खिलौना है। जितनी देर चहकता रहा, मनोरंजन करता रहा, उसमें दिलचस्पी ली; जहाँ उसने ज़रा गड़बड़ की या तो उसकी अपेक्षा कर दी या उसे धमका दिया। बच्चा देखता है, बड़ों की दुनिया में मेरे लिए स्थान नहीं है। बल और अधिकार दोनों में वे मुझसे श्रेष्ठ हैं, अतएव वह अपनी लाचारी की ओट में माँ-बाप की ममता को दाव पर रखता है। रोकर, मचलकर, बिगड़कर वह मनचाही करवा लेता है। जब उसे बड़ों की दुर्बलता का पता चल जाता है, वह उससे लाभ उठाना नहीं भूलता। शनैः-शनैः उसमें बहुत से दोष आ जाते हैं। उसका चरित्र ढलान की ओर लुढ़कने लगता है। बड़ों के जिस अन्याय का वह मुक़ाबला नहीं कर पाता, उसका जुर्माना वह अपने से छोटों से वसूल करता है। कोई आश्चर्य नहीं कि आगे जाकर अपने माँ-बाप की भूल वह अपने बच्चों पर भी दोहराए। इस प्रकार एक दुश्चक्र-सा बनता जाता है।

प्रेम, प्रोत्साहन, सम्मान तथा सुरक्षा की गारंटी—इन बातों की आवश्यकता बड़ों से भी अधिक बच्चों को है। एक अनचाहा और उपेक्षित बच्चा सहज ही एक रोगी और समस्यापूर्ण बच्चा बन जाता है। प्रतिकूल वातावरण के कारण कई होनहार बच्चों की शक्तियाँ भी कुंठित या गुमराह हो जाती है, जबकि कई दुर्बल और अस्वाभाविक बच्चे भी अनुकूल वातावरण में पनप जाते हैं। अनुकूल वातावरण पैदा करना ही माता-पिता का काम है। बच्चों को हर समय नकारात्मक नियमों से जकड़-बन्द करना उचित नहीं है, बड़ों के उदाहरण ही ऐसे होने चाहिएँ कि उन्हें यथासमय ठीक ढंग से काम करने की प्रेरणा मिलती रहे। बच्चे का घर में रहना बड़ों के लिए एक चेतावनी है। मानो वह पुकारकर कहता है—'देखो, सँभलकर रहना, तुम्हारी हरकतों का मैं आइना हूँ। जैसा तुम करोगे मुझे भी वैसा ही करता पाओगे।'

पिता का महत्त्व—बच्चे के विकास में पिता भी बहुत बड़ा पार्ट अदा करता है।

पिता के द्वारा दी गई प्रेरणा, सुझाव और सहयोग बच्चे के लिए बहुत महत्त्वपूर्ण हैं। माता की भूल के कारण अधिकांश पिता बच्चे के लिए एक डाँटने और सजा देने वाले दरोगा-मात्र बनकर रह जाते हैं। ऐसी भूल करके माता अपना महत्त्व भी कम करती है।

बहुत कम घरों में सहयोग से काम होता है। अगर माता-पिता दोनों में से एक शासक है और दूसरा शासित, अथवा दोनों में प्राय: मतभेद रहता है, तो इसका बच्चे पर बड़ा बुरा प्रभाव पड़ता है। दोअमली राज्य में भला कौन प्रजा सुखी हुई है? बच्चे की समझ में नहीं आता कि किसकी बात ठीक समझूँ और किसकी गलत। फलस्वरूप वह मनमौजी ढग से व्यवहार करने लगता है।

इसलिए विवाह करने से पहले प्रत्येक युवक और युवती के लिए यह आवश्यक है कि वे माता-पिता के कर्त्तव्यों को समझें। बच्चों का पालन-पोषण, बच्चों की समस्याएँ तथा बच्चों का शिक्षण इन तीन मुख्य विषयों की उन्हें अच्छी जानकारी होनी चाहिए, ताकि आगे जाकर जब उनके अपने बच्चे हों, तो वे सन्तोषजनक ढग से उनका पालन-पोषण कर अपने गृहस्थजीवन को सुखद और सफल बना सकें। अब युग का यह तकाजा है कि कोई भी स्त्री अनचाहे बच्चे की माँ बनने की ग़लती न करे। माँ-बाप बच्चे के न केवल शरीर के ही अपितु उसके चरित्र के भी निर्माता हैं। इस दृष्टि से मातृ-विज्ञान की

शिक्षा प्रत्येक व्यक्ति के लिए आवश्यक होनी चाहिए।

पारिवारिक अशान्ति का हेतु—अधिकांश घरों में बच्चों की अनसुलझाई हुई समस्याएँ पारिवारिक सुख-शान्ति को नष्ट कर देती हैं। माँ-बाप में परस्पर ग़लतफहमी पैदा हो जाती है। वे एक-दूसरे को दोष देकर खुद बरी होना चाहते हैं; बच्चे शारीरिक और मानसिक रूप से प्राय: स्वस्थ ही जन्मते हैं। पर माँ-बाप की भूलें, बेपरवाही, अधिक लाड़-प्यार तथा अधीरता उन्हें बिगाड़ देती है। वे समस्यापूर्ण बन जाते हैं। वास्तव में समस्यापूर्ण माँ-बाप के बच्चे ही समस्यापूर्ण होते हैं।

केवल धन ही पारिवारिक जीवन को सुखी नहीं बनाता, असल में धन है सुसन्तान। आप कल्पना करें किसी धनी माँ-बाप की परेशानियों की, जो कि अपने कपूतों के कारण चिन्ता-सागर में गोते खाते रहते हैं। अच्छे बच्चे घर के रत्न हैं। पर उन रत्नों को गढ़ने और बनाने का श्रेय माता-पितारूपी जौहरी को ही जाता है। बच्चों के प्रति अपने कर्त्तव्यों को समझने पर प्रत्येक माता-पिता अपने इन रत्नों की अधिक से अधिक सँभाल और परख करना सीख जाएँगे। आदर्श बच्चे कोई कल्पना की चीज़ नहीं हैं। प्रयत्न से सभी बच्चे नेक और अच्छे बन सकते हैं।

मैंने देखा है कि बच्चों को लेकर कहीं पर पारिवारिक जीवन दुःखी हो जाता है। पति-पत्नी एक-दूसरे से विमुख हो जाते हैं। यदि बच्चे नालायक निकलते हैं तो पति पत्नी के सिर दोष मढ़ता है। पत्नी पति को ममताहीन कहकर बुरा-भला कहती है।

पिता सहयोग दे—पुरुष यह भूल जाता है कि माँ के जीवन में बच्चे बहुत महत्त्व रखते हैं। सन्तान बुरी भी हो, वह उससे विमुख नहीं हो पाती। रोगी से रोगी, निकम्मी से निकम्मी सन्तान के प्रति भी वह आशापूर्ण बनी रहती है। ऐसे अवसर पर वह पति से

भी यही उम्मीद करती है कि वह बच्चों के कल्याण के लिए यथाशक्ति कोशिश करे। मैंने कई पिताओं को बच्चे को बुरा-भला कहते, कोसते और घर से चले जाने का हुक्म देते सुना है। वह बुरी सन्तान से बंधकर अपना जीवन बेकार नहीं करना चाहता, पर माता ऐसा करने में अपने को असमर्थ पाती है। यही माँ-बाप की ममता का अन्तर है। अब यदि पुरुष ऐसे समय में पत्नी का साथ छोड़ता है तो पत्नी उसके प्रति कटु हो जाती है। वह उसे निर्मोही, कामुक और स्वार्थी समझती है। अगर पुरुष माँ की सन्तान के प्रति ममता को समझ सके तो वह ऐसा निराशाजनक दृष्टिकोण धारण नहीं करेगा। ऐसे आड़े समय में यदि स्त्री अपने पति का सहयोग पाती है तो वह आजन्म उसकी अनुगृहित रहती है। तभी किसी सयाने ने कहा है कि किसी स्त्री की प्रशंसा, प्रेम और अनुग्रह पाने के लिए उसकी सन्तान के हितैषी बनना ज़रूरी है।

यही बात है कि बाल-मनोविज्ञान से अनभिज्ञ पति, जब उसकी स्त्री नवजात शिशु को लेकर घर आती है, तो स्वयं को उपेक्षित-सा अनुभव करता है। वह देखता है कि अब उसकी पत्नी एक सजीव खिलौने के संग व्यस्त रहती है, और वह उसके इस खेल में हाथ बँटाने में असमर्थ है। असल में पिता बनने के बाद से वह घर में उखड़ा-उखड़ा-सा अनुभव करने लगता है। कहने को तो वह बच्चा उन दोनों के प्रेम का प्रतीक है परन्तु अपनी अज्ञानतावश पिता बच्चे के पालन-पोषण में हाथ बँटाने में हिचकता और कुछ शरमाता भी है। बच्चे के जन्म के पश्चात् जबकि पत्नी पूरी तौर से बच्चे में स्वयं को भूली हुई होती है, अगर उस समय वह पति का सहयोग भी पा सके, तो शिशु-पालनरूपी मनोरंजक खेल के दोनों ही साथी बन सकते हैं, इससे पत्नी और बच्चे दोनों को सुविधा है।[1]

बच्चा जैसे-जैसे बड़ा होता है, उसके जीवन में पिता का प्रेम और प्रोत्साहन एक विशेष महत्त्व रखने लगता है। अगर पिता एक कटु आलोचक या डाँटने वाला दरोगा न होकर बच्चों के खेल को मनोरंजक बनाने वाला तथा उनकी मुश्किलों को हल करने वाला साथी प्रमाणित हो सके तो उसके बच्चों की कल्पना और वीर-पूजा की भावना को आधार मिल जाता है। ऐसे पिता का पुत्र सोचता है, 'मेरे पिता की बुद्धि और शक्ति अद्भुत है। वह तो सब कुछ करने में समर्थ है। बड़ा होकर मैं भी ऐसा ही बनूँगा।' कन्या सोचती है, 'मैं अपने पिता के सदृश ही पति तलाश करूँगी और उसके साथ मेरा जीवन भी ऐसा ही सुखी रहेगा जैसा कि मेरी माता का है।'

---

1 देखिए मेरी पुस्तक 'आपका मुन्ना' तीन भागों में; पहले भाग में बच्चों का पालन पोषण। दूसरे में बच्चों की समस्याएँ और तीसरे में बच्चों का शिक्षण—इन विषयों पर विस्तारपूर्वक व्यावहारिक सुझाव दिये गए हैं। इस पुस्तक को चार विभिन्न पुरस्कार प्राप्त हुए हैं।

18

वड़ा परिवार : एक वोझ

आप मुन्ने को लेकर कितनी व्यस्त हैं, मानो आपको नया खिलौना मिल गया है! मुन्ना अब तीन महीने का हो गया है। प्रसव के बाद आपका स्वास्थ्य निखर आया है। अंग सुडौल और आकर्षक दिखने लगे हैं। बच्चे को जब आप दुलारती हैं, आपके पति मुग्ध होकर आपकी तरफ ताकते हैं। उन्हें आप प्यारी लगती हैं, आकर्षक प्रतीत होती हैं। आपकी नज़र ऊपर उठती है। पति को अपनी ओर इस प्रकार मुग्ध होकर निहारते पाकर आप लजा जाती हैं। उनकी आँखों के संकेत को आप समझ जाती हैं। उनके दुलारने पर आप उनका हाथ झटककर परे हट जाती हैं।

आपके दिल में यही खयाल आता है 'मुन्ना अभी छोटा है। अभी मुझे पति से बचना चाहिए। ब्रह्मचर्य से रहना ही उचित है।' आपके पति भी यह नहीं चाहते कि आप अनचाहे बच्चों की माँ बनें। महँगाई का ज़माना है। दो या तीन से अधिक बच्चे परिवार के लिए बोझ हैं। बड़ा परिवार एक बोझ होता है। उसमें बच्चों की परवरिश ठीक से नहीं हो पाती। मन के अरमान मन में ही धरे रह जाते हैं। स्त्री का स्वास्थ्य गिर जाता है।

यौवन मुरझा जाता है। वह टूट जाती है। अधिक बच्चों के जन्म से माँ का गर्भाशय भी कमज़ोर हो जाता है। गर्भ में बच्चे पुष्ट नहीं हो पाते। वह दुर्बल बच्चों को जन्म देती है।

ऐसा बच्चा उम्रभर माँ-बाप की शक्ति और धन का शोषण करता है। वह अपने माँ-बाप की चिन्ता का कारण बन जाता है। माँ भी रोगी और दु.खी रहने लगती है। बाप परेशान हो जाता है। नतीजा यह होता है कि पारिवारिक जीवन दुखी हो जाता है और दाम्पत्य जीवन की सरसता नष्ट हो जाती है।

आप पूछेंगे कि तब क्या किया जाय ताकि इन सब मुसीबतों से छुटकारा हो सके? इसका एक ही उपाय है, वह है परिवार नियोजन।

परिवार नियोजन से लाभ

(1) इससे आप अनचाहे बच्चों के माँ-बाप बनने से बच जाएँगे। आपके बच्चे संयोग से नहीं, इच्छा से पैदा होंगे।

(2) माता अनचाहे बच्चों का गर्भभार ढोने से बच जाएगी इससे उसका स्वास्थ्य और सौन्दर्य दोनों की रक्षा हो सकेगी।

(3) दाम्पत्य जीवन की सरसता बनी रहेगी।

(4) परिवार की आर्थिक स्थिति सुरक्षित रहेगी।

(5) परिवार, समाज और राष्ट्र की तरक्की होगी, क्योंकि परिवार की सुरक्षा पर ही समाज और राष्ट्र की तरक्की निर्भर है। आजकल राष्ट्र के सामने बढ़ती हुई आबादी का प्रश्न सबसे अधिक विकट रूप धारण किये हुए है।

(6) बच्चों के जन्म में समयान्तर इस तरह से दिया जाय कि माली हालत की सुविधानुसार बच्चे पैदा किए जायें—

विधि—शरीर और शरीर क्रिया के ज्ञान तथा अन्य तरीकों द्वारा पुरुष और स्त्री के वीर्यकीटों को आपस में मिलने से रोका जाता है। प्रत्येक स्थिति में विधि का चुनाव गर्भरोधक की आवश्यकता पर निर्भर है—व्यक्तिगत ज्ञान, पति और पत्नी का सहयोग तथा सामाजिक-आर्थिक परिस्थितियाँ।

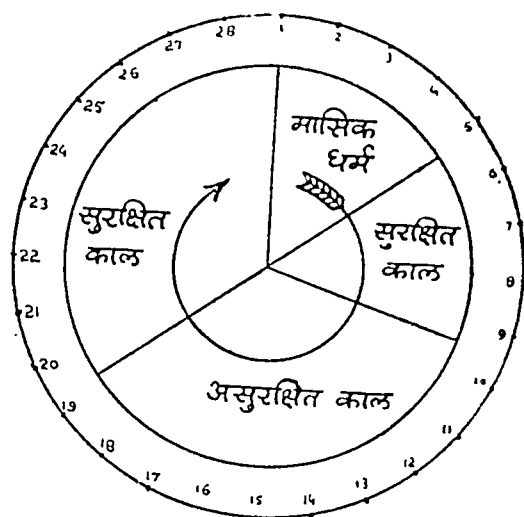
परिवार नियोजन केन्द्रों में गर्भ रोकने के लिए जो साधारणतया उपाय अपनाए जाते हैं, वे निम्नलिखित हैं—

(1) यान्त्रिक और रासायनिक—(क) स्त्री द्वारा—गर्भनिरोध दवाई के साथ अवरोधी टोपी का प्रयोग या 'एप्लीकेटर' के साथ जैली का प्रयोग या झागवाली (फोम) गोलियों का प्रयोग। -

(ख) पुरुष द्वारा—कण्डोम (पतला रबड़) या ग्रीथ का प्रयोग यदि संयुक्त विधि यानी अवरोधी टोपी और शुक्राणुनाशक रासायनिक का उपयोग किया जाय तो अच्छा बचाव हो सकता है। कण्डोम और ग्रीथ अन्य विधियाँ हैं, यदि वे पति और पत्नी दोनों को मान्य हो। यह कहा जाता है कि फोम की गोलियाँ काफ़ी हद तक बचाव करती हैं। इनका प्रयोग बड़ा सरल है। उपयोग करने से पहले फोम की गोली को ज़रा पानी से तर कर लेते हैं और सहवास से 3-5 मिनट पहले स्त्री की योनि में जहाँ तक जा सके, डाल

दी जाती है। यह प्रमाण के आधार पर कहा जाता है कि शुक्राणुनाशक रासायनिक, जिनका प्रयोग पहले ही कई वर्षों से गर्भरोधक जैलीज़ और क्रीमों में हो रहा है, का प्रयोग फोम की गोलियों के साथ प्रभावशाली होता है।

वही गर्भरोधक दवाइयां प्रयोग में लानी चाहिए जो स्वीकृत सूची में हों। अपनाई हुई विधि की सफलता उसके निरन्तर प्रयोग पर निर्भर हैं। अनिश्चित गर्भधारण से बचने की आदत उसी प्रकार डालनी चाहिएं जिस प्रकार अन्य अच्छी आदतें डाली जाती हैं।

(2) सुरक्षित काल—स्वाभाविक अवस्था में प्रति 28 दिनों में स्त्री का एक डिम्ब परिपक्व होता है। डिम्ब की परिपक्वता महीने में एक बार निश्चित समय पर होती है—

नई मासिक धर्म अवधि शुरू होने के कोई 13 से 15 दिन पहले डिम्ब मुक्त होने के बाद लगभग 24-48 घंटों तक जीवित रहता है और शुक्राणु स्त्री योनि मार्ग में रहकर लगभग चार दिन तक स्त्री डिम्ब को विदीर्ण करने की शक्ति रखता है। इस प्रकार एक मास में आठ उत्पादक दिन होते हैं। तीन दिन डिम्बाणु के आने से पहले के, एक दिन डिम्बाणु के मुक्त होने का, दो दिन उसके बाद के और एक-एक दिन शुरू में और अन्त में सुरक्षा के लिए। उदाहरण के लिए मान लीजिए कि एक स्त्री को प्रत्येक 28 वें दिन मासिक धर्म होता है अगले मासिक धर्म के शुरू होने से 15 दिन पहले उस स्त्री का डिम्ब परिपक्व होता है और मासिक धर्म अवधि के शुरू होने से पहले 19वें दिन से 12वें दिन तक (दोनों दिनों को सम्मिलित करते हुए) सहवास करने से गर्भ कभी भी ठहर सकता है। अतः ये असुरक्षित दिन हैं। शेष समय 'सुरक्षित काल' कहलाता है। अधिकतर उन स्त्रियों को यह विधि अपनाने की सलाह देनी चाहिए जो निम्नलिखित आवश्यकताओं को पूरा करें—

(क) स्त्री के पास आठवें महीने से एक वर्ष तक मासिक धर्म चक्र का हिसाब होना चाहिए।

(ख) कोई भी चक्र 40 दिन से अधिक लम्बा नहीं होना चाहिए।

(ग) कोई भी चक्र 20 दिन से कम नहीं होना चाहिए।

(घ) लम्बे और छोटे चक्रों में 9 दिन से अधिक अन्तर नहीं होना चाहिए। यदि

उपरोक्त स्थितियां सन्तोषजनक हैं तो सुरक्षित दिन निम्न प्रकार से निकाले जा सकते हैं—

अगर मासिक धर्म चक्र लम्बा या छोटा हो तो सम्भावित अगले मासिक धर्म की तिथि से पीछे की ओर गणना करने पर (लम्बे चक्र के हिसाब के आधार पर) 12वें दिन से 19वें दिन तक का समय असुरक्षित हैं। लम्बे या छोटे चक्र के आधार पर माने गए सब उत्पादक दिन असुरक्षित हैं और शेष सुरक्षित। साधारण नियम के अनुसार मासिक धर्म शुरू होने के पहले 7 दिन की अवधि में अन्य दिनों की अपेक्षा गर्भ ठहरने की सम्भावना कम होती है।

जब मासिक धर्म का हिसाब ठीक न लग सके तो चक्र के 8वें दिन से 22 दिन तक सम्भोग नहीं करना चाहिए। यदि किसी स्त्री को सोमवार को मासिक धर्म होता है तो उस सोमवार के बाद आनेवाला सोमवार उसके लिए पहले खतरे का दिन होगा और उसके बाद का सोमवार सबसे अधिक खतरे का दिन होगा और सबसे खतरे का सोमवार से अगला सोमवार खतरे का अन्तिम दिन होगा। खतरे के प्रथम सोमवार और खतरे के अन्तिम सोमवार के बीच की अवधि में गर्भ ठहर सकता है।

यदि चक्र नियमित रूप से है तो सुरक्षित दिनों का हिसाब लगाना बड़ा आसान है, किन्तु अधिकतर इनमें अन्तर पड़ जाता है, विशेषकर प्रसव के बाद दूध पिलाने के दिनों और अनियमित मासिक धर्म के दिनों में। इस प्रकार मासिक धर्म चक्र की अवधि के दिनों में हेर-फेर हो जाता है और अस्वस्थता अथवा उत्तेजनात्मक स्थिति में इस तरीके का पालन नहीं हो सकता। इस प्रकार सुरक्षित दिनों वाले तरीके में कई बाधाएँ हैं। फिर भी इस विधि का उपयोग है। यह विधि उस स्त्री के लिए सन्तोषजनक है जिसका मासिक धर्म चक्र नियमित है, जिसके सुरक्षित दिनों का हिसाब अच्छी तरह लगाया जा सके (अच्छा हो यदि क्लिनिक के किसी प्रशिक्षित कार्यकर्ता की सहायता से हिसाब लगाया जाए) और जो इसका उचित ढंग से पालन कर सके। यह तरीका अन्य गर्भनिरोधी तरीकों के साथ सहायक सिद्ध हो सकता है।

अन्य विधियाँ

डूश—सम्भोग के पश्चात् डूश (गुप्तांगों को साफ करने का यंत्र) द्वारा योनिपथ को धोया जाता है। इस विधि से वीर्यकीट गर्भाशय के मुँह पर इकट्ठे हो जाते हैं और शुक्राणु ग्रीवा नली में प्रवेश कर जाते हैं। यह तरीका अधिकतर स्त्रियों को सुविधाजनक नहीं होता है और इसमें असफलता का परिणाम अधिक रहता है।

वन्ध्याकरण—वन्ध्याकरण (स्टरिलाइजेशन) उस प्रक्रिया को कहते हैं जिससे पुरुष या स्त्री की सन्तानोत्पादन शक्ति हीन हो जाती है। स्त्री का आपरेशन तो पेट चीरकर उसकी डिंब ग्रन्थियों को बाँधने से सफल होता है, पर पुरुष का आपरेशन उसके अण्डकोष की चमड़ी हटाकर वीर्य की नलियों को बाँध देने से सफल हो जाता है। इस प्रक्रिया के करने के बाद पुरुष या स्त्री की कामवृत्ति में कोई परिवर्तन नहीं होता है और वे

स्वाभाविक रूप से सहवास करने के योग्य रहते हैं। आपरेशन द्वारा पुरुष का वन्ध्याकरण बहुत सरल है। इसके बाद पुरुष का स्वास्थ्य निखर आता है और उसका पुंसत्व सबल हो जाता है। वन्ध्याकरण अस्पताल और संस्थाओं में, जहाँ भी सुविधाएँ उपलब्ध हैं, किया जाता है। यह परिवार नियोजन केन्द्रों में नहीं होता।

अपूर्ण सहवास

गर्भरोधक के लिए अपूर्ण सहवास का प्रयोग प्रायः किया जाता है। यह विधि काफ़ी प्रचलित है परन्तु पूर्णतया विश्वासनीय नहीं क्योंकि वीर्य स्खलन के पूर्व शुक्राणु योनि में प्रवेश कर सकते हैं। जिससे गर्भस्थिति रह सकती है। जिन पर इस तरीके से दबाव या भार पड़ता है उनके लिए यह उचित नहीं है।

आत्म-संयम

वैवाहिक जीवन में आत्म-संयम स्वास्थ्य के लिए हानिकारक नहीं होता है लेकिन अत्यधिक अवस्थाओं में यह व्यवहारिक विधि नहीं है। बच्चों की उत्पत्ति करने के अतिरिक्त पति-पत्नी का संसर्ग विशेष महत्त्व रखता है। यदि पति-पत्नी कुछ काल के लिए आपस में समझौता करके सहवास न करें तो इससे उन्हें किसी बुरे प्रभाव से भयभीत होने की कोई आवश्यकता नहीं है।

इस विषय में विस्तृत रूप से जानकारी आपको परिवार नियोजन केन्द्रों से मिल सकती है। आप परिवार नियोजन का महत्त्व समझें। आपके पारिवारिक सुख, आर्थिक सुरक्षा और दाम्पत्य प्रेम के लिए इसकी बड़ी आवश्यकता है। बड़ा परिवार, जिसका बोझ आपकी थैली और काया न संभाल सके एक अभिशाप है। मैंने अनेक परिवार इसीलिए दुखी देखे हैं कि स्त्री-पुरुष दिन-रात कमरतोड़ परिश्रम करते हैं पर तो भी अपने बच्चों की ठीक से परिवरिश नहीं कर पाते। पौष्टिक भोजन, मनोरंजन, अवकाश और ज़रूरी सुख-सुविधाओं के अभाव में पति-पत्नी का यौवन ही मुरझा जाता है। अरमान अधूरे रह जाते हैं। परिवार की समस्याओं में उलझे रहकर उन्हें परस्पर एक-दूसरे के लिए सोचने का समय ही नहीं मिलता। सुविधा, एकान्त और समय के अभाव में वे एक दूसरे के विषय में सोचने का अवकाश नहीं पाते। जब कभी उन्हें मिलने का मौका मिला, बस गर्भ पेट में आ जाता है। स्त्री सहम जाती है। पुरुष अपराधी की तरह सिर झुका लेता है। यह गुनाह बेलज्जत वाला मिलन किस काम का? इन समस्याओं से पिण्ड छुड़ाने का बस एक ही उपाय है, वह है आप पहले से ही परिवार नियोजन का तय कर लें। जितने बच्चे आप संभाल सकते हैं उतनों का सोचकर समानन्तर पर गर्भाधान का तय करें।

19

सेज की साथिन

रमा की माताजी मेरे पास अचानक ही आ गईं। वह बड़ी घबराई हुई थी। मेरा हाथ थामकर बोली, "बहन, बड़ी मुसीबत में हूँ। तुम्हीं मेरी समस्या सुलझा सकती हो। देखो न कितना उल्टा ज़माना आ गया है!" क्या अब कुआरी लड़कियों को भी रास-रंग की बातें समझाकर ससुराल भेजना होगा?

मुझे उनके कहने के ढंग पर कुछ हँसी-सी आई। बात को आगे बढ़ाते हुए मैंने पूछा, "क्यों, क्या हुआ? रमा शादी के बाद खुश तो है?"

"उसी का तो रोना है। मेरी फूल-सी सुन्दर, भोली लड़की दामाद का मन नहीं रिझा सकी। हनीमून से जब वह लौटकर आया तो अपनी माँ से बोला, 'भला इस छोटी-सी अल्हड़ बालिका को मेरे साथ क्यों भेजा था? यह तो छुई-मुई है। छूने से ही रोने लगती है। अभी इसको कुछ दिन इसकी माँ के यहाँ रहने दो, समझ आने पर बुलाना।'

सब हाल जानकर मैंने बेटी से पूछा कि तुम दोनों में क्या हुआ था? पहले तो वह

सहमी हुई-सी चुपचाप मेरी ओर ताकती रही, फिर बोली, 'अम्मा, शादी का क्या मतलब होता है, यह तुमने मुझे पहले क्यों नहीं समझाया ? यदि पहले से पता होता तो मैं कभी भी शादी न करती। मैं तो यह समझ बैठी थी कि शादी होने पर अच्छे-अच्छे कपड़े—ज़ेवर पहनने को मिलेंगे। सिनेमा की तरह कोई सुन्दर-सा हीरो प्यार करने, संग-संग घूमने, मज़ाक ठट्ठा करने और जी बहलाने को मिलेगा। हमें तो सेज का अनुभव कुछ भाया नहीं। वैसे तो वह मुझे बड़े अच्छे लगते हैं, पर मुझे उनकी वही बात अच्छी नहीं लगती। मेरा तो मुँह का रंग उड़ जाता था। बदन अकड़ जाता था। बस, इसी से वह चिढ़ जाते, निराश होते, झुँझलाते, कहते कि तुम्हारी माँ ने कुछ सिखाया नहीं। तुम निरी अल्हड़ और भौंदू हो !'

"अच्छा बहन, आप ही बताएँ क्या कुआँरी लड़कियों से माँ ये सब बातें कहती अच्छी लगती हैं ? जो कुछ औरतें सीखती हैं अपने पति से ही तो सीखती हैं।

मैंने कहा, "माताजी, अब ज़माना बदल रहा है। रमा बी० ए० तक पढ़ी है, पर अपनी उम्र से बहुत भोली है। पर जब आप उसे शादी के लायक समझती थीं तो उसे दाम्पत्य जीवन के विषय में भी बताने में क्या हर्ज़ था ? बताना तो चाहिए था। इससे वर-वधू दोनों का फायदा है। यह तो कहो कि आपका दामाद अच्छा है, उसने बच्ची की कोमल भावनाओं और अबोधता का आदर किया। बाज पुरुष ज़बरदस्ती कर बैठते हैं। इससे स्त्री को सेक्स का प्रथम अनुभव कटु होने से बहुत धक्का पहुँचता है और उम्र भर के लिए उसके हृदय में सम्भोग के प्रति घृणा पैदा हो जाती है। खैर, आप घबराएं मत रमा को मेरे पास भेज दीजिएगा। मैं उसे सब समझा दूँगी।"

रमा की तरह ही अन्य बहुत-से नवविवाहितों का भी ऐसा ही अनुभव होता है। यह बड़े दुख की बात है कि विवाह से पहले हमारी युवतियाँ यौवन की इस प्राकृतिक माँग और रहस्यों से बिलकुल अनजान होती हैं। बहुत हुआ तो अपनी विवाहित सहेलियों से कुछ सुन-सुनाकर वे अपने दाम्पत्य जीवन की प्रणय झाँकी की कल्पना भर कर लेती हैं। इसका उन्हें कोई सही अहसास नहीं होता कि वास्तविक रूप में उनको इसमें क्या पार्ट खेलना पड़ेगा। शर्माना, सेक्स की हर बात को बुरा-बुरा कहना, पति की फरमाइश को 'न-न' कहकर ठुकराना—ये सब मानो अधिकांश स्त्रियों के लिए एक सलज्ज महिलोपयुक्त व्यवहार समझा जाता है। मानो सेक्स में सक्रिय भाग लेना एक लज्जा की बात है। पर नारियाँ उस भारतीय आदर्श को क्यों भूल जाती हैं जिसमें रति क्रीड़ा में स्त्री को वेश्या के सदृश खुलकर खेलने की सलाह दी गई है। अनेक स्त्रियाँ इस प्रेमक्रीड़ा को एक अनिवार्य पाप-सा मानकर करती हैं। सहवास के प्रति उनका यह दृष्टिकोण बिलकुल ग़लत है। पति की तरह पत्नी को भी शारीरिक मिलन को सुखद और पूर्ण बनाने की चेष्टा करनी चाहिए। दो शरीर और आत्माओं का मिलन तभी सफल हो सकता है जबकि दोनों ओर से मुक्त भाव से आदान-प्रदान हो। दोनों ही सचेष्ट और सक्रिय हों। पति की सन्तुष्टि करने में स्त्री चतुर हो, उसे उत्तेजना देना जानती हो, वह अपने में यौन आकर्षण पैदा कर

सकती हो। यह सब स्त्री के समझने-सीखने की बात है। तभी वह सच्चे अर्थ में पति की सेज की साथिन बन सकती है।

रमणी रूप को सार्थक करें—इन्द्रियों की, सन्तुष्टि बहुत बड़ा महत्व रखती है। भूख चाहे पेट की हो या मन की अथवा अन्य इन्द्रियों की उसका आवेग मनुष्य को विकल बना देता है। उनकी सन्तुष्टि व्यक्ति को स्वस्थ और विचारवान बनाती है। आपने देखा होगा कि विवाह के बाद कई समझदार युवतियाँ कली की तरह खिल जाती हैं, जबकि कुछ नासमझ युवतियों पर एक तरह की खिन्नता-सी छा जाती है। इसका कारण है कि वे अपने रमणी रूप को सार्थक नहीं कर पाईं। झूठी लज्जा, असहयोग, शुष्कता, झिझक व विचारों और आदर्श में कठोरता आदि बातें उनकी नासमझी को और भी बढ़ा देती हैं। इसका परिणाम यह होता है कि उनके दाम्पत्य जीवन की शुरुआत खुले दिल से न होकर एक घुटन और स्वार्थ भावना लिए हुए होती है। वे अपनी ही भावनाओं की परवाह करती हैं, अपने जीवन-साथी की इच्छाओं की नहीं।

प्रत्येक नवविवाहिता को यह बात समझनी चाहिए कि विवाह में परिहास, हँसी, मजाक, ठिठोली, छेड़खानी आदि का बड़ा महत्त्व है। मान लीला भी अपना आकर्षण रखती है, पर स्त्री को बात-बात पर मुँह फुला लेने की भूल नहीं करनी चाहिए। पुरुष के लिए भी मधुमास का काल बड़ा नाजुक होता है। इधर पत्नी पूरा सहयोग देती नहीं उधर पुरुष उसके शरीर और मन को मनचाही करके किसी तरह की चोट पहुँचाना नहीं, चाहता। वह घबरा जाता है। अतएव वह भी अपने प्रति न्याय नहीं कर पाता। फिर उसे इस बात की आशंका भी लगी रहती है कि कहीं स्त्री मुझे पुरुषत्वहीन या कमजोर न समझे। अतएव प्रत्येक युवती को प्रेम की खिल-खिल खेला और क्रीड़ा में खुले मन से शरीक होना चाहिए। मधुमास की असफलता और न्यूनताएँ मानो उन दोनों की अपनी ही भूलें हैं, जैसे दो अबोध बच्चे नए खेल के साथी बनकर गलती करते हैं, फिर उसे सुधारते हैं और धीरे-धीरे तरक्की करते हुए अपने खेल को दोषरहित बना लेते हैं, उसी प्रकार रति-क्रीड़ा में भी पति-पत्नी आरम्भ में भूलें करते हुए पूर्णता की ओर बढ़ते हैं।

इस मामले में पत्नी का सहयोग प्रेरणा, शाबाश और भरोसा पति को सन्तुष्टि प्राप्त करने में सहायता देता है। इसका पुरस्कार पत्नी को अन्त में जरूर मिलता है। उनकी रातें रंगीन और सफल बन जाती हैं।

सही दृष्टिकोण अपनाएँ—स्त्री-पुरुष का एक-दूसरे के प्रति आकर्षण स्वाभाविक है। पर यह आकर्षण स्वस्थ होना चाहिए। जो बचपन में इस आकर्षण से अश्लीलता का सम्बन्ध जोड़ लेते हैं, बड़े होकर उनकी सेक्स के प्रति भावना बड़ी कुत्सित हो जाती है। विशेष करके स्त्रियाँ पति के प्रति अपने शरीर का समर्पण मानो पुरुष की वासना पर उत्सर्ग होना समझती हैं। उनके देने में आनन्द या स्वेच्छा से, चाहना से आदान-प्रदान की भावना नहीं होती। वे इसमें पुरुष द्वारा शोषण किया जाना अनुभव करती हैं। ऐसा

दृष्टिकोण रखने वाली महिलाओं की ही समस्या विकट होती है। वे सेक्स के विषय में किसी की सलाह लेने से भी हिचकती हैं। उनकी ऐसी धारणा बन जाती है कि आदर्श विवाह एक काल्पनिक प्रेम पर आधारित होता है। उसमें सेक्स तो गौण विषय रहता है। केवल लम्पट पुरुष ही इसको प्रधानता देते हैं। पर देखा जाय तो सेक्स की सफलता दम्पति जीवन को सरस और परस्पर सम्बन्ध को स्थायी बना देती है।

आकर्षण हमेशा स्वस्थ और सुन्दर शरीर की ओर होता है। विवाह के बाद अधिकांश स्त्रियाँ अपनी काया की सुडौलता और बनाव-शृंगार के प्रति उदासीन हो जाती हैं। इससे उनका यौन-आकर्षण मिट जाता है। शारीरिक मिलन में यदि पत्नी अपनी अनिच्छा या उदासीनता दिखाती है तो पति उससे विरक्त हो जाता है। कभी बीमारी, कभी थकावट, कभी मानसिक क्लेश आदि लेकर पति-पत्नी की मादक रातों का सौन्दर्य नष्ट हो जाता है।

सक्रिय रहें—जो स्त्रियाँ सेक्स से अपना महत्त्वपूर्ण पार्ट अदा नहीं करतीं उनके पति उनसे असन्तुष्ट रहते हैं। उनका पुंसत्व मानो सुर्खरू नहीं हो पाता। यही कारण है कि पत्नी से विमुख होकर कई पुरुष वेश्यागामी हो जाते हैं। इसका एक मुख्य कारण यह है कि वहाँ पुरुष के पुंसत्व की सन्तुष्टि होती है। उसको यह जानकर भारी सन्तोष होता है कि वह किसी स्त्री को आह्लादित करने में समर्थ है। अपने पुंसत्व का सिक्का जमाकर पुरुष को विशेष संतुष्टि होती है।

कई स्त्रियाँ अपनी सहेलियों के अनुभवों की अपने अनुभवों से तुलना कर इस निर्णय पर पहुँचती हैं कि उनके पति पुंसत्व हीन हैं, तभी उनका सेक्स-जीवन अपूर्ण है और चरमोत्कर्ष को नहीं पहुँचता। असल में वे यह भूल जाती हैं कि उनकी सहेली ने भी कई वर्ष तक प्रयत्न करके ही इस चरमोत्कर्ष तक पहुँचकर आनन्द की अनुभूति की है। एक स्त्री ने मुझे बताया कि विवाह के दस वर्ष बाद, जब कि वह चार बच्चों की माँ बन चुकी, तब एक दिन अचानक रतिक्रीड़ा में उसे चरमोत्कर्ष तक पहुँचने का अनुभव हुआ। उसने बताया कि एक दिन वह थकी हुई थी। उसके पति ने कहा, "लाओ मैं तुम्हारे बदन पर सुगन्धित वैसलीन से मालिश कर दूँ।" इस मर्दन में ही अचानक शरीर के कुछ ऐसे केन्द्रों का पता चला जहाँ पर मलने से शरीर में एक लहर-सी दौड़ गई। तब से हमें सम्भोग में साथ ही साथ चरमोत्कर्ष तक पहुँचने में कभी कठिनाई नहीं हुई।

जो व्यक्ति नारी के शरीर विज्ञान से परिचित हैं, उन्हें यह भली प्रकार पता है कि स्तन, नाभि के पास, जंघाएँ, कमर आदि के मलने से और कपोल, आँखों की पलक, दोनों स्तनों के मध्य में, आदि स्थानों पर चुम्बन करने से नारी के शरीर में उत्तेजना फैलती है। पुरुष की जननेन्द्रिय के अग्रभाग की तरह ही नारी की योनि में एक नासिका भाग होता है। इसका शिखर बहुत संवेदनशील होता है। उस पर वैसलीन लगाकर मलने से नारी बहुत जल्द उत्तेजित हो जाती है। पर किसी नारी की पसन्द और अनुभूति इससे विभिन्न भी हो सकती है। यदि वह पुरुष को अपने शरीर की उत्तेजना-केन्द्र घुंडियों का भेद

नही बताएगी तो पुरुष उसका प्रिय कैसे कर सकता है? यदि स्त्री पुरुष को सहयोग देकर उसे यह विश्वास दिला दे कि वह अपने प्रणय निवेदन और पौरुष से स्त्री को आह्लादित कर देता है तो पुरुष स्वय को ससार मे बडभागी समझता है। इसलिए स्त्री के लिए यह जरूरी है कि पुरुष के प्रयत्नो की हमेशा प्रशसा करती रहे। एक स्त्री ने मुझे बताया कि जब वह पति के आलिगन मे आनन्दित होती है तो मुँह से कुछ न कहकर वह अगुलियों से पति की पीठ पर धीरे-धीरे थपकियाँ देने लगती है। इससे उसका पति प्रेरणा पाकर उसे और अधिक उत्तेजना और आनन्द देता है।

सम्भोग मे पुरुष केवल वर्तमान में ही जीवित रहता है। कोई भी आवाज, खतरा उसका ध्यान नहीं बँटा सकता। परन्तु स्त्री के लिए बच्चे की आवाज, ज़रा-सा खटका, एकान्त का अभाव उसकी एकाग्रता को मिटा देता है। एक बार एक दम्पति हमारे पास आए। पति की यह शिकायत थी कि पत्नी लिप्त होकर प्रेम नही करती। पत्नी ने कहा, "क्या करूँ, पास के कमरे मे ससुरजी सोते है। वह रात के दो बजे तक पढते रहते हैं। एक तो कमरे का बीच का दरवाजा ठीक से बन्द नही होता, फिर अन्दर से उसमे चिटकनी नही है। दूसरी बात दरवाजे मे दरार है। इस मारे मुझे हर बार खटका लगा रहता है। बेखटके होकर नही लेट पाती।"

डाक्टर वर्मा ने उन्हें जाते समय एक पर्दा और चिटकनी खरीदने की सलाह दी। कुछ महीने बाद जब वह दोनो सलाह लेने फिर आए तो महिला गर्भवती थी, उसका स्वास्थ्य निखरा हुआ था और वे बड़े प्रसन्न थे।

जिन स्त्रियो को घर का काम अधिक होता है वे रात को थककर चूर हो जाती हैं और सम्भोग क्रिया को टालती रहती हैं। इसी तरह पति भी काम-धन्धे मे व्यस्त रहता है। घर मे छोटे-छोटे बच्चे होते हैं। पति-पत्नी को एक-दूसरे के लिए समय नहीं मिल पाता। महीनो बीत जाते हैं, उन्हे परस्पर मिले। धीरे-धीरे उनकी शरीर ग्रन्थियाँ अपनी उत्तेजना खो बैठती हैं। इसका बुरा प्रभाव उनके शरीर और यौवन दोनो पर पडता है। पति-पत्नी का परस्पर एकान्त मे मिलकर अपने दुख-सुख की कहना और आलिगन, चुम्बन द्वारा अपना प्रेम जताना आत्मा को हरी-भरी रखने के लिए इतना ही जरूरी है जितना कि शरीर के लिए पोषक तत्त्व। एक साथ रहना ही काफी नही है, एक होकर रहना भी जरूरी है। इसके बिना दाम्पत्य जीवन अधूरा है।

डाक्टर वर्मा के पास कई दम्पति सेक्स-एक्ट पर सलाह लेने आते हैं। उनमे से अधिकाश पुरुषों की यह शिकायत रहती है कि पत्नी के असहयोग के कारण उनका सेक्स जीवन आनन्दरहित बना रहा। वे स्वय को पुरुष की वासना की बलि का बकरा समझकर इस क्रिया मे शरीक होती है। मानो उनके शरीर की कुछ अपनी माँग नही है। मानो इसमे उन्हे रस नही आता, वे निष्क्रिय पड़ी रहती हैं। इससे पुरुष का आनन्द और आवेग कम हो जाता है। सम्भोग मे स्त्री की उदासीनता, स्वभाव मे अरसिकता, समने-

सँवरने के प्रति उदासीनता और जिन्दादिली की कमी पुरुष को ठरकी बना देती है। वह नयन-सुख और कर्ण-सुख के लोभ से अपने मित्रों की पत्नी, दफ्तर की सहयोगिनी तथा क्लबों में अन्य महिलाओं के प्रति आकृष्ट हो जाता है। उसे अपना समय उनकी संगति में बिताना अच्छा लगता है। उनकी प्रसन्नता व प्रशंसा प्राप्त करने के लिए वह धन व समय दोनों खर्चता है और यह भी सम्भव है कि वह किसी दुर्बल चरित्र महिला से अपना शारीरिक सम्बन्ध स्थापित कर ले। अब आप ही सोचिए कि यदि आप अपने रमणी रूप को सार्थक करतीं, अपना आकर्षण व सहयोग बनाये रखती तो आपके पति बहकते नहीं।

जीवन-साथी प्रलोभन में न पड़े इसके लिए भी तो आपको चेष्टाशील रहना चाहिए। यह नारी का कर्त्तव्य है कि पति को अपने पर मुग्ध रखे। इसी में आपका व पति का कल्याण है।

अधिकांश महिलाओं ने भी अपने जो अनुभव मुझे बताए, उससे यह पता चला कि युवावस्था में जब उनके पति में पुंसत्व अधिक था, पत्नी ने इस क्रिया में रस नहीं लिया। इसका एक कारण लज्जा विषयक ग़लत भावना भी थी। दूसरी बात शुरू-शुरू में वे इसका मर्म भी नहीं समझ सकीं। अब प्रौढ़ावस्था में जब वे इस क्रिया में रस लेने लगी हैं तो पुरुष का पुंसत्व कम हो गया है। उनके पास समय का अभाव है। इससे वे अतृप्त रह जाती हैं। परिणामस्वरूप उन्हें अनिद्रा रोग सताने लगा है। स्वभाव में चिड़चिड़ापन आ गया है। पुरुष अपनी कमज़ोरी समझता है, पर वह स्त्री पर धौंस जमाए रखने के लिए अपने दैनिक व्यवहार में और भी अधिक कठोर हो गया है। इससे पारिवारिक जीवन की सुख और शान्ति बहुत अंश तक नष्ट हो गई है।

यह तो वह बात हुई कि 'क्या वर्षा जब कृषि सुखानी—अगर ये बहनें समय रहते सेक्स-एक्ट में पति के साथ सहयोग देकर सामंजस्य स्थापित कर सकतीं तो प्रौढ़ावस्था उनकी सरसता से कटती। अब जब कि भारत में भी तलाक की सुविधा हो गई है, पति-पत्नी को इस ओर विशेष ध्यान देना चाहिए। खास करके पत्नियों को अपना पार्ट अदा करने में पीछे नहीं रहना चाहिए; क्योंकि आँकड़ों से यह पता चलता है कि तलाक का एक कारण सेक्स क्रिया में असन्तुष्टि भी है।

यदि महिलाएँ निम्नलिखित बातों का ध्यान रखे तो उनके दाम्पत्य जीवन की सरसता बनी रहे—

1. सेक्स-एक्ट के प्रति किसी प्रकार की कुत्सित भावना न रखें। यह एक बहुत ही प्राकृतिक माँग है और पति-पत्नी का परस्पर शारीरिक मिलन उनके आत्मिक मिलन को सम्भव बना देता है। उनका जीवन सुख से सरसता से बीतता है। सन्तान धारण में कष्ट नहीं होता। सन्तान सुन्दर और स्वस्थ पैदा होती है।

2. शयन कक्ष सुन्दर, स्वच्छ और एकान्त में होना चाहिए। उसे मन्दिर की तरह शान्तिदायक और आकर्षक बनाएँ। वहाँ साफ शैया, प्रसाधन की सामग्री, सुन्दर चित्र,

प्रकाश और हवा का ऋतु अनुकूल प्रबन्ध होना चाहिए। आपकी रात्रि की वेशभूषा सुन्दर, स्वच्छ और आकर्षक हो।

3. घर की सब चिन्ताओं को छोड़कर आप शयनकक्ष मे प्रवेश करें। आपका शरीर साफ और सुगन्धित होना चाहिए। रात्रि के अनुकूल साफ-सुथरी, ढीली, सुखदायक पोशाक पहनें। यह जरूरी नही है कि यह सब तैयारी किसी विशेष उद्देश्य से केवल किसी खास दिन ही की जाय। पलग पर जाने से पहले नित्य-ही कुछ क्षण अपनी रूप-सज्जा और शारीरिक सफाई के लिए भी रखें। आपका स्वस्थ, सुन्दर और सुगन्धित शरीर को अपनी भुजाओ मे भरकर चुम्बन, आलिगनो द्वारा अपना प्रेम प्रदर्शित कर आपके पति को मानसिक तृप्ति होगी। परस्पर दो-चार प्यार और सहानुभूति की बातें, एक-दूसरे के शरीर पर प्रेम स्पर्श—ये सब भी शारीरिक भूख और थकान को दूर करने के लिए रामबाण हैं। इससे ब्रह्मचर्य रखने मे भी सहायता मिलती है। क्योकि आत्मा की उत्तेजना और प्यार की भूख को इससे बड़ी तृप्ति मिलती है।

4. पति के प्रत्येक प्रेम-व्यवहार की प्रशसा करें। उसके शरीर पर प्यार से हाथ फेरना, बालों में अगुलियां चलाकर, लाड से उसके वक्षस्थल मे सिमटकर, उसके आलिंगन मे स्वय को ढीला डालकर आदि ढग से अपना लाड़-दुलार उस पर प्रकट करें। उसकी मांग को समझें। उसकी तृप्ति की चेष्टा करें। अपनी इच्छा प्रकट करे। उसकी आदतों से परिचित होकर तदनुसार उसका प्रिय करें। याद रखें पति-पत्नी के बीच कुछ भी अश्लील या गोपनीय नही है।

5. यदि आपको ऐसा प्रतीत हो कि उम्र के साथ, या स्वास्थ्य की दुर्बलता के कारण पति कुछ अशक्त हो गए हैं तो आप अपने सेक्स जीवन मे तदनुसार परिवर्तन कर लें। पति को अधिक विश्राम, पौष्टिक भोजन या टॉनिक की जरूरत हो तो उस ओर भी ध्यान दें। कभी-कभी मन की उदासी या शारीरिक थकावट अथवा पारिवारिक कलह से भी आदमी सम्भोग विरक्त हो जाता है। ऐसी सूरत मे आप अपने वचनों, स्पर्श तथा जिन्दादिली से पति को प्रसन्न रखें। अच्छा है कि कुछ दिनो के लिए छुट्टी बिताने कहीं बाहर चले जायें। वहाँ आपकी छेड़खानी, मजाक, प्रशसा और प्यार दुलार से पति फिर हरे-भरे हो जाएँगे।

6. एक आयु ऐसी आती है कि जब पति-पत्नी का संभोग-सम्बन्ध समाप्त भी हो जाता है। पर इसका यह मतलब नहीं होना चाहिए कि प्रेम-निवेदन भी बन्द कर दिया जाय। चुम्बन, आलिंगन, सुखद स्पर्श, एक-दूसरे की सेवा, प्रशसा और मीठी-मीठी बातें, एक-दूसरे की संगति में आनन्द, मिलकर दिनचर्या बितानी—ये सब बातें भी प्रणय का अंग है। इसलिए आप पति की चिर-प्रेमिका बनें।

20

प्रेम में शीतलता

एक स्वस्थ और प्रेमालु पुरुष का विवाह यदि एक ऐसी महिला से हो जाय जो बुझी-बुझी-सी है, जिसमें ज़िन्दादिली का अभाव है जो प्रेम में शीतल है तो पुरुष के जीवन में इससे अधिक शोचनीय परिस्थिति और कोई नहीं हो सकती। यह उसके जीवन की सब से बड़ी ट्रेजडी है। मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि दाम्पत्य जीवन की असफलता, तलाकों की बढ़ती हुई संख्या, पुरुषों का पत्नी से विमुख होकर मयखाने या वेश्यागृहों की ओर मुड़ना—इन सब के मूल में पत्नी की ओर से प्रेम-प्रदर्शन में कमी या रतिक्रीड़ा में शीतलता भी बहुत कुछ अंशों तक दोषी है।

अंग्रेजी में इसे फ्रिजिडिटी (Frigidity) याने प्रेम में शीतलता कहते हैं। यह दाम्पत्य सुख को घुन की तरह खोखला कर देती है। मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि यह रोग दिन पर दिन बढ़ रहा है। इसका एक कारण यह भी है कि कई पढ़ी-लिखी युवतियां विवाह न

अत्यधिक सुख और समृद्धि का आशा करने लग गई हैं। मधुमास के बाद जब प्रेम का खुमार टूटता है तब पत्नी वास्तविकता के धरातल पर आकर एक झटका खाती है। उसे अपनी काल्पनिक दुनिया से लौटना अखरता है। नए वातावरण मे रहन-सहन की कठिनाइयाँ, आर्थिक अभाव, सम्मिलित पारिवारिक जीवन की जिम्मेदारियाँ—ये सब बातें उसकी मानसिक प्रसन्नता को झकझोरकर रख देती हैं। यदि वह परिस्थिति के साथ सहर्ष समझौता कर लेती है तब तो वह सघर्ष मे सफल हो जाती है। यदि वह कटुता से भरकर पति की आलोचना करती है तो उनके परस्पर सम्बन्धों मे तनाव पैदा हो जाता है। निराश पत्नी का वैसे वश तो नही चलता, परन्तु सेक्स मे वह असहयोग दिखाने लगती है और इससे पुरुष की उत्तेजना और उत्सुकता नष्ट हो जाती है। पत्नी के व्यवहार में शीतलता याने फ्रिजिडिटी आने मे पुरुष का रग-रग बिगड़ जाता है। इससे वह झुँझलाता है, पत्नी के प्रति कठोर होता है। इस तरह एक असफलता से दूसरी असफलता और निराशा पैदा होती है और फिर यह एक दुश्चक्र-सा बन जाता है।

विवाह से पहले बहुत कम दम्पति को इस बात का आभास होता है कि उन्हे परस्पर सामंजस्य स्थापित करते कितना समय लगेगा। वे एक-दूसरे से क्या उम्मीद करते है इसका अन्दाज लगना भी कठिन होता है, पर यदि दोनों खुले दिल से समर्पण की भावना लेकर और एक-दूसरे को खुशकर करने का ध्यान रखते हुए आगे बढ़ें तो उनकी बहुत-सी समस्याएँ सुलझ सकती हैं।

कई नवविवाहित युवतियाँ प्रथम मिलन की पीड़ा से घबरा जाती हैं। स्त्री की योनि के अन्दर जो झिल्ली होती है, कभी तो वह आसानी से फट जाती है, कभी उसे फटने में कष्ट होता है। थोड़ा-बहुत कष्ट सहने को तो नववधू को तैयार रहना ही चाहिए, यदि वह शरीर को ढीला डाल दे तो पीड़ा कम होती है। नववधू को समझाया जाना चाहिए कि वह आत्म-समर्पण द्वारा पति की सहायता करे, जिससे सम्वेदनशील पति अपना साहस न खो बैठे। एक बार यह अवरोध दूर हो जाने से समागम आसान और आनन्दप्रद हो जाता है।

रतिनिपुणा बनें—सम्भोग क्रिया मे पुरुष का उद्देश्य उत्तेजना के शिखर पर पहुँच कर शान्ति प्राप्त करना होता है परन्तु पत्नी के लिए इसका अर्थ इससे भी अधिक है, याने पुरुष को स्वीकार करना, आत्म-समर्पण द्वारा उसे आह्लादित करना और उसके साथ एक इकाई हो जाना है। डा० लेना लेविन (Dr. Lena Levine) का कहना है कि बहुत कम स्त्रियाँ प्रारम्भिक वर्षों में चरमोत्कर्ष की अनुभूति करती हैं। यह कुछ अस्वाभाविक नहीं है। इसमे पुरुष के पुंसत्व पर भी कोई चोट नही है। पति-पत्नी का केवल शारीरिक सामजस्य से ही काम नही बनेगा, इस मामले में मन की सामजस्यता भी होनी जरूरी है। पुरुष का स्वागत करने के लिए स्त्री की मानसिक स्थिति का अनुकूल होना आवश्यक है।

पुरुष की तरह स्त्री सब दिन सम्भोग के लिए तैयार नही हो पाती। समुद्र के ज्वार-

भाटेकी तरह उसके आवेगों का भी ज्वार-भाटा आता है। इस पर नियन्त्रण उसके मासिक धर्म के अनुसार होता है। इसलिए स्त्री को अपने मनोवेगों के ज्वार-भाटे को समझकर अनुकूल दिनों में ही पति को आकृष्ट करना चाहिए। इस प्रणय कला में जो नारियाँ पटु होती हैं उनका दाम्पत्य जीवन सफल रहता है। इसलिए यह बात स्त्री की समझदारी पर निर्भर करती है कि वह पुरुष की शक्ति को तब तक खलास होने से रोके रहे जब तक कि उसके शरीर में मर्दन, चुम्बन आलिंगन द्वारा उत्तेजना की लहरें प्रवाहित न होने लगें। अन्यथा उत्तेजना का समन्वय ठीक न होने से पुरुष स्त्री को तृप्त किए बिना ही खलास हो जाएगा। इससे पुरष को ग्लानि होगी और वह स्त्री को इस क्रिया में फूहड़ समझेगा।

सेक्स में समन्वय केवल शारीरिक मिलन की सफलता पर ही निर्भर नहीं करता, परन्तु उससे पहले का पार्ट किस ढंग से अदा किया गया है, इसका भी बहुत महत्त्व है। हृदय को गुदगुदा देने वाला रोमांस, हास-परिहास, मित्र-भाव—ये सभी हृदय और शरीर को आह्लादित करते हैं। यह आह्लाद की अनुभूति विश्वास, प्रेम और आत्म-समर्पण की भावना पैदा करता है, जिससे प्रिय का स्पर्श आलिंगल, चुम्बन, छेड़खानी सभी उत्तेजनाप्रद बन जाती है।

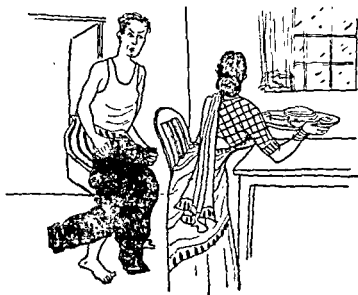
प्रत्येक पत्नी का यह कर्तव्य है कि वह अपने पति को रति में सन्तुष्टि दे। सन्तुष्टि केवल शरीर समर्पण करने से ही नहीं मिल जाती। सहज प्राप्य वस्तु में आनन्द नहीं होता। प्रकृति का यह नियम है कि मादा मोहक अदाओं द्वारा पुरुष से बच निकलने की चेष्टा करती है और नर उसे प्रेम निवेदन करके रिझाता और मनाता है। स्त्री की ना-ना में भी एक आकर्षण है, यदि उसकी आँखों में प्रेम, मुँह पर मुस्कराहट, नासिका पुट में स्पन्दन, भौहों में कुटिलता और स्पर्श में कोमलता हो। तभी किसी कवि ने कहा है—

मेलि गलि बाहिं, केलि कीनी चित चाही
यह हाँ ते भली नाहिं, तू कहाँ ते सीख आई है?

पर कई महिलाओं की 'न' सचमुच में बड़ी कठोर और दृढ़ होती है। उनका समर्पण उपेक्षा लिए होता है। पत्नी की ओर से इस अरसिकता के कई कारण हो सकते हैं। यथा पति के दिन प्रतिदिन के व्यवहार में कठोरता से मन बुझ जाना, दुर्बल स्वास्थ्य, अनचाही औलाद की माँ बनने की सम्भावना, या पति के प्रेम में अविश्वास। यदि आपका स्वास्थ्य दुर्बल है या आप माँ बनने की अधिक जिम्मेदारी नहीं सम्भाल सकतीं तो ऐसी स्थिति में पति के प्रति उपेक्षा दिखाने की तो कोई बात ही नहीं। अपनी प्रिय पत्नी के स्वास्थ्य आपस में के विषय में सभी पति चिन्तित रहते हैं। इसलिए परिवार नियोजन करने के विषय में एक मत होकर तदनुसार बर्थ-कण्ट्रोल करें। कई बहनों ने मुझे बताया कि इस मामले में उसके पति किसी प्रकार का साधन खुद काम में नहीं लाना चाहते। कुछ आलस्यवश, और स्पर्श सुख कम हो जाने की अड़चन से वह इस ओर अधिक ध्यान नहीं देते। ऐसी सूरत में यही उचित होगा कि स्त्री बर्थ कण्ट्रोल के साधनों का खुद ही

इस्तेमाल करे। अपने शयन-कक्ष मे वे साधन किसी सुरक्षित स्थान मे पहले से ही तैयार रखे, ताकि वक्त पर उन्हे प्राप्त करने मे अडचन न हो।

वर्थ कण्ट्रोल के लिए साइकिल प्रणाली याने महावारी होने के दस दिन बाद और दूसरी महावारी के शुरू होने के दस दिन पहले याने बीच के दस दिन असुरक्षित दिन समझे जाते हैं अर्थात् यदि किसी महिला की पहली ता० को महावारी शुरू हुई तो 9 ता० से लेकर 22 ता० तक उस मास के असुरक्षित दिन समझे जाएँगे। इन दिनो को बचाकर सम्भोग करने से गर्भाधान की कम सम्भावना होती है। पर मेडिकल रिपोर्ट से पता चला है कि यदि स्त्री को भोग की उत्कट इच्छा हो तो सुरक्षित दिनों मे भी गर्भाधान हो जाने का डर रहता है, इसलिए सुरक्षित दिनो मे भी वर्थ कण्ट्रोल का साधन प्रयोग मे लाना जरूरी है।

यदि आपके पति का स्वभाव कठोर है या आपको उनके प्रेम पर विश्वास नही है तो अपने प्रेम और सहयोग से और मनोवैज्ञानिक ढग से उनको सब तरह से अपने अनुकूल बनाएँ। स्त्रियों को एक बात समझनी चाहिए कि पुरुष को रोटी कमानी पडती है। अपनी रोजी और रोजगार को लेकर उसे हजार चिन्ताएँ होती हैं। जब सुबह वह अपने काम पर जाता है, उसे जाने की जल्दी होती है। उसके मिजाज मे तुनुकमिजाजी और जल्दबाजी

होती है। इस मौके पर वह एक प्रेमी की तरह मधुरता से बात करने के मूड मे नही होता। यदि उसकी कोई चीज या फाइल इधर-उधर रख दी जाती है या खाना वक्त पर तैयार नहीं होता, उस समय वह झुंझला पड़ता है। इसी तरह जब वह दिनभर का थका-हारा

घर लौटता है तो वह घर की परेशानियाँ सुनने के मूड में नहीं होता। नासमझ महिलाएँ पति के इन दो अवसरों के मूड को नहीं सँभाल पातीं, उल्टा पति के स्वभाव से उन्हें शिकायत होती है और वे दिनभर कुढ़ती रहती हैं। उनके आने पर मुँह लटकाए रहती हैं। इसका परिणाम यह होता है कि उनकी रंगीन रातें करवटें बदलते-बदलते गुजरती हैं और वे प्रेम में ठण्डी, शिला-सी कठोर और शीतल बनी रहती हैं।

यदि पत्नी का यह शीतल व्यवहार अधिक दिन चलता रहता है तो पति के हृदय में कुढ़न और ईर्ष्या व्याप्त हो जाती है। उसे अपनी पत्नी का देवर, भाइयों, बहनोइयों से हँसकर बोलना फूटी आँख नहीं सुहाता। कभी-कभी तो वह निर्मूल सन्देह का शिकार भी बन जाता है। वह इस निर्णय पर पहुँचता है कि इसका प्रेम किसी और से है। उसका अनुभव है कि स्त्री अपने पति के साथ रमण करने और आलिंगनबद्ध होने से तभी इनकार करती है जब कि उसका शारीरिक सम्बन्ध किसी गैर मर्द से हो। क्योंकि वह जानता है कि जब किसी पुरुष का मन अपनी पत्नी से विमुख हो जाता है तभी वह पत्नी के प्रेम आलिंगन, प्रेम निवेदन को ठुकरा देता है। यदि इसी मनोवैज्ञानिक कसौटी पर कोई पुरुष पत्नी की शीतलता को भी कसने की भूल कर बैठता है तो उसे अपनी पत्नी की वफ़ादारी पर सन्देह हो जाता है। यह सन्देह उनके प्रेमरूपी मधु में विष घोलने का हेतु बन जाता है। अतएव महिलाओं को अपने में यह शीतलता नहीं आने देनी चाहिए। सम्भोग में अपने साथी की सन्तुष्टि का ध्यान रखना अधिक ज़रूरी है। अपने सेज के साथी के प्रति इसे धर्म और कर्त्तव्य समझकर करना चाहिए और इसमें कोई सन्देह नहीं कि जल्द ही उनका यह सहर्ष सहयोग उनके अपने हित और आनन्द का कारण बन जाता है।

मैं इस बात को मानती हूँ कि कई महिलाएँ बड़ी साफ़-सुथरी और कोमल भावनाओं वाली होती हैं, उन्हें पुरुष की शारीरिक गन्दगी, आलिंगन-चुम्बन में कोमल स्पर्श का न होना; प्रेम निवेदन में मधुरता और रोमांस का अभाव अखरता है। उनकी भावुकता को उस कठोर भूमिका में आघात लगता है। इन्हीं कारणों से वे शैय्या पर सोई हुई-सी पड़ी रहती हैं। पुरुष अपना मनचीता करके करवट लेकर सो जाता है और स्त्री खिन्नता से भरकर करवटें बदलती रात काटती है। यह परिस्थिति सचमुच में शोचनीय है। परन्तु कई भुक्तभोगी बहनों ने जब अपनी ऐसी कहानी मुझे सुनाई तो मैंने उन्हें निम्नलिखित सलाह दी—

1. आप अपने पति के गुणों की प्रशंसा करें। जब वे हजामत बनाकर नहा-धोकर साफ-सुथरे दिखें, उनके स्वस्थ शरीर को थपथपाएं। मुसकराकर उनकी ताजगी की दाद दें।

2. यदि उनका बनियान या अण्डरवियर मैला है तो आप खुद ही खूंटी पर उनके स्थान पर नया रख दें। उनका तौलिया, पलंग की चादर, मोजे, रूमाल बदलती रहा करें, उनके कपड़ों की देखभाल भी करें।

3. यदि बटन टूटा है या कहीं मरम्मत करनी है तो कर दें। [illegible]

नाखून काट दें। छुट्टी वाले दिन केश, पाँव और दाँतों की विशेष सफाई की ओर भी ध्यान दिलाएँ। कुछ समय बाद अभ्यास से पति को सफाई की आदत पड़ जाएगी। साथ करके अपने गुणों और प्रयत्नों के लिए पत्नी से प्रशंसा पाकर पति को पत्नी की रुचि का ध्यान रखकर काम करने का चाव पैदा हो जाता है।

4. कई पुरुष अपने पहनने-ओढ़ने के मामले में बड़े बेपरवाह होते हैं। उनकी

पत्नियां जब यह देखती हैं कि उनकी उम्र के अन्य पुरुष स्मार्ट ढंग पर रहते हैं तो उनका मन भी यह चाहता है कि हमारे पति भी उसी तरह खूबसूरत दिखें। आप ऐसा करें कि जब आपके पति अपने लिए कपड़ा खरीदें, आप भी उसमें रुचि लें। अमुक रंग और डिज़ाइन उन पर खिलेगा, इस बात को बताकर मनपसन्द कपड़ा उन्हें खरीदवा दें। उसके बाद दर्जी को घर बुलाकर डिज़ाइन और नाप दिलवा दें। जब पोशाक बनकर आये तो उन्हें सूट पहनाएँ। उनकी प्रशंसा करें। याद रखें, पति के लिए इससे अधिक प्रसन्नता की दूसरी कोई बात नहीं कि पत्नी उसकी वेशभूषा और स्मार्टनेस की प्रशंसा करे।

5. आप उनके जन्मदिन या अपने विवाह-दिवस पर उनके लिए अपने मनपसन्द का तोहफा लाएँ। पुरुषों के लायक रंग चुनें। स्वेटर, मफलर, रूमाल, टाई, शेविंग सेट, सेन्ट आदि चीज़ें इस मौके के लायक ठीक रहेंगी। यदि पति का पर्स, छाता, बरसाती पुरानी या फट गई है तो आप दशहरे, दीवाली पर उन्हें नई भेंट करें।

6. कई स्त्रियों को यह शिकायत रहती है कि उनके पति बड़े अशिष्ट ढंग से पेश आते हैं। सबके सामने जलील करते हैं। कसूर होने पर परिजनों के सामने ही भर्त्सना करनी शुरू कर देते हैं। ऐसी सूरत में मन बुझ जाता है। इन बहनों को मेरी यह सलाह है कि वे उस समय तो चुप हो जायँ। यदि उनकी कोई भूल है तो उसे सुधार लें, बाद में मौका देखकर पति की भूल-चूक उन्हें प्यार से समझा दें।

आप सच मानें ये पति कहलाने वाले जीव प्यार और सेवा से बिलकुल पालतू बन जाते हैं। यदि पत्नी एक प्रेमिका की तरह प्यार करे, माँ की तरह क्षमाशीला हो, बहन की तरह कल्याण चाहे और सखी की तरह मार्ग-प्रदर्शन करें तो पति सच्चा प्रेमी और आज्ञाकारी अनुचर बनकर रिश्ता निभाता है।

21
यदि नारी चाहे तो…

मैं अपनी पुरानी फाइल में से केस हिस्ट्री छांट रही थी। कोई 300 केस हिस्ट्री में से कठिनता से दस केस हिस्ट्री ऐसी निकलीं जो कि सुखद दाम्पत्य जीवन की कहानी थीं। तो क्या अधिकांश दम्पति का जीवन कराहते हुए बीतता है? फिर विचार आया अगर वैवाहिक जीवन इतना नीरस होता तो लोग विवाह के बन्धन में जान-बूझकर न बंधते। सच तो यह है कि इस जीवन में सौन्दर्य है, आकर्षण है, सरसता है, अपनत्व है, पर साथ ही इसकी काली झांकियां भी हैं। केवल रूप-रंग और सामाजिक परिस्थिति परखकर

जीवन-साथी के चुनाव करने की आम गलती लोग कर बैठते हैं। बाद में याने दिन-प्रतिदिन के व्यवहार में वे परस्पर एक-दूसरे से असन्तुष्ट रहने लगते हैं। धीरे-धीरे यही असन्तुष्टता, जिसे अंग्रेजी में फस्टेशन कहते हैं; उनके जीवन की रोचकता, दाम्पत्य जीवन के आकर्षण और प्रेम को नष्ट कर देती है। अधिक दहेज देकर जहां योग्य वर प्राप्त किए जाते हैं, वहां बाद में वही गड़बड़ होती है। पत्नी को अपने धन का गर्व होता है, पति आर्थिक सकोच के कारण दबा रहता है। ऐसी परिस्थिति में सच्चे अर्थ में स्नेह नहीं हो पाता।

दूसरों से अधिक पाने की आशा करने से भी निराशा होती है। निराश व्यक्ति असन्तुष्ट होता है और वह अपने साथी के प्रति अन्याय करता है। इस अन्याय प्रवृत्ति की कसक उसे समाज के प्रति विद्रोही बना देती है। नतीजा यह होता है कि वह एक-भूल के बाद अनेक भूलें करता है। अपनी दुर्बलता और अपराध को छिपाने के लिए बांबली का आश्रय लेता है। इसके परिणामस्वरूप जीवन-यात्रा सुखद नहीं हो पाती।

गृहिणी कर्त्तव्य को समझे—जरूरत इस बात की है कि इन्सान चुनाव में ग़लती न करे। इसके लिए मानसिक परिपक्वता की बड़ी जरूरत है। इन्सान कोई परीक्षा देने जाता है या कोई ज़िम्मेदारी की नौकरी लेता है, वह उसके लिए योग्यता प्राप्त करता है, पढ़ता है, मेहनत करता है, काम को समझता, कभी-कभी समय से अधिक भी काम करता है तब जाकर उसका कैरियर सफल होता है। फिर स्त्रियों के लिए सबसे महत्त्वपूर्ण कैरियर है, वैवाहिक जीवन की ज़िम्मेदारी सँभालना।

पहले तो समझने की यह बात है कि दुनिया में जो चाहे वह सभी मिल जाय यह असम्भव है। इस यथार्थता को समझकर यदि महिलाएँ विवेक से काम लें तो बहुत-सी समस्या हल हो सकती हैं। आपको अपने साथी में न्यूनता दिखेगी। आपके सपनों के नायक से उसकी शक्ल, आदतें और स्वभाव नहीं मिलते होंगे, पर इससे आपको निराश होने की ज़रूरत नहीं।

जैसे मैंने आपको ऊपर बताया कि तीन सौ केस हिस्ट्री में से कुल दस दम्पति ही मुझे सुखी प्रतीत हुए। यह तो संयोग की बात है कि ऐसे दस जोड़े मिल गए जो एक-दूसरे के पूरक थे और उनकी पटरी ठीक से जम गई। पर अधिकांश दम्पतियों का जीवन क्यों कराहते हुए गुज़र रहा है उसका यदि मनोवैज्ञानिक विश्लेपण करें तो हम इस निर्णय पर पहुँचते हैं कि दंभ में आकर दोनों ही एक-दूसरे से टक्कर लेने के लिए कमर कस लेते हैं।

व्यवहार-कुशलता की जीत—स्त्री आर्थिक रूप से पुरुप पर निर्भर है। विवाह के बाद पति के घर के बिना उसकी गति नहीं, इसलिए उसे नीति-निपुणता, चतुराई, प्रलोभन, आकर्पण, सेवा आदि से पति पर विजय प्राप्त करने की चेष्टा करनी चाहिए। जब सीधी अंगुली घी नहीं निकलता तो अंगली को टेढ़ा करना ज़रूरी हो जाता है। यह व्यवहार-कुशलता नारी को सहज ही प्राप्य है। हमारी माताएँ, नानी, दादी अपनी इस शक्ति को समझती थीं। चाहे उनके विवाह के प्रारम्भिक वर्प सास के शासन में अपने अरमानों को दबाकर गुज़रते थे। पर इस बीच में वे अपने आपको अपने नए घर की परिस्थितियों के अनुकूल ढाल लेती थीं। परिवार के क्षेत्र में अपने परिस्थिति को तौलकर पाँव जमाने के लिए सतत प्रयत्नशील रहती थीं। इस बीच में अपने पति का विश्वास, सहानुभूति वे प्राप्त कर लेती थीं और जैसे ही पति का रोज़गार जम जाता था, वे उस नई आर्थिक स्वतन्त्रता को एक वरदान रूप मान धीरे-धीरे अपने पति के मन मर्ज़ी के अनुसार गृहस्थी चलाने में आनन्द अनुभव करती थीं। उनकी सेवा, प्रेम, व्यवहार और बुद्धि का जब पति कायल हो जाता था तो गृहस्थी की बागडोर पूर्ण रूप से उनके हाथ में

आ जाती थी। वे पति की सलाहकार थीं, मन्त्री थी, सहचरी थी, पर गृहस्वामी के रूप में पति का निर्णय ही सर्वोपरि समझा जाता था। चाहे चतुर मन्त्री की तरह प्रेम कौशल से पत्नी की ही सलाह मानी जाती थी, परन्तु प्रकट रूप मे ललकारने की गुस्ताखी या भूल वे कभी नही करती थी।

इस व्यावहारिक दूरन्देशी का नतीजा यह होता था कि दाम्पत्य जीवन बडी शान्ति से निभ जाता था और बुढ़ापे में पत्नी अपने पति के लिए एक परमावश्यक जीवन-साथिन प्रमाणित होती थी।

अब प्रायः इससे उल्टा हो गया है। युवावस्था मे चुनाव शारीरिक आकर्षण और प्रेम की तरंग में किया जाता है। जब तक इस नशे का खुमार रहता है, जिन्दगी उछाले लेती गुज़र जाती है। पर इसके बाद की कहानी दुखद ही होती है। स्त्री का रूप और आकर्षण फीका पड़ने लगता है। रूप का लोभी पुरुष या तो अपनी आँखें दूसरी जगह सेकता है या रोटी कमाने की समस्या सुलझाने में व्यस्त पति के पास पत्नी की दिलजोई करने के लिए पर्याप्त समय नही होता, बस, पत्नी को अपना जीवन सूना लगने लगता है।

अब पति-पत्नी सोचते हैं कि विवाह से पहले तो हम मण्डली मे इतने लोकप्रिय थे, और अब भी हैं, पर आपस में जो नहीं पटती, इसका दोषी जीवन-साथी है। असल मे इस तरह से सोचना ही ग़लती है। मण्डली मे आप अपने 'बेस्ट विहेवियर' मे रहते है पर घर मे आप दोनो को एक-दूसरे के व्यवहार की अच्छी-बुरी झाँकियाँ भी देखने को मिलती है। स्त्री घर की रानी है। वह पुरुष की अपेक्षा अधिक सहनशील और विनम्र है। पुरुष को बाहरी दुनिया से भी निबटना है। रोटी की समस्या भी सुलझानी है। ऐसी सूरत मे जब गृहस्थी की नैया मँझधार में भँवर मे, पड़ जाए पुरुष प्रेम-बन्धनो को झटके मारकर तोडने की कोशिश करे तो स्त्री को चौकन्ना हो जाना चाहिए। पुरुष स्वभाव से उच्छृंखल है, आज़ाद है, वह भविष्य की अपेक्षा वर्तमान में अधिक रहता है, पर नारी को आगे का सोचना है। अपने बच्चों का भविष्य सुरक्षित बनाना है। गृहस्थी की इज़्ज़त बचानी है। समाज मे नाक ऊँची रखनी है। अपने-परायो को निभाकर चलना है। पुरुष को इन सबकी चिन्ता नहीं होती। पुरुष मर्यादा तोड़ते हैं तो गृहस्थी छिन्न-भिन्न नही होती, पर यदि नारी अमर्यादित आचरण करती है तो गृहस्थी रसातल को चली जाती है। इसीलिए स्त्री पर जिम्मेदारी अधिक है। समाज, परम्पराएँ, प्रकृति आदि ने उसे और उत्तरदायित्व से गौरवान्वित किया, तभी वह क्षमावती बनकर देवी कहलाती है। यह कोई नई कहानी नही है कि नारी ने गुमराह पुरुषो को सन्मार्ग पर ला खड़ा किया, निकम्मो को उद्यमशील बना दिया और व्यसनी को सदाचारी जीवन व्यतीत करने की टेव लगा दी।

उच्छृंखल पुरुष ने प्रेम का जुआ गर्दन पर रखना क्यो स्वीकार किया? यह नही कि स्त्री के बिना उसका निस्तार [illegible], पत्नी का कोमल प्रेम चाहिए, [illegible] आत्म-समर्पण के प्रति कृतज्ञ [illegible] है। वह

देने के लिए जन्मी है। वह अपने प्यार-स्नेह से संसार को स्वर्ग बनाती है।

प्रतिकार से क्षमा श्रेष्ठ है—न्यूनताएँ हरेक में हैं। यह बात नहीं कि जिनका वैवाहिक जीवन सफल है उन दम्पतियों में न्यूनताएँ नहीं हैं। पर वे एक-दूसरे को सम्पूर्ण रूप से अपनी न्यूनताओं सहित स्वीकार करते हैं। मनुष्य न्यूनताओं का पुतला है। जो उसकी न्यूनताओं को निभा ले वही उसे प्रिय हो जाता है। पति की न्यूनताएँ उसे पत्नी के आगे बालक के रूप में ला खड़ा करती हैं। नारी ममतामयी, क्षमाशीला है। पुरुष की प्रेरणा का स्रोत है। सब कुछ गंवा कर, भूल करके पश्चात्ताप से दग्ध और आत्मग्लानि से विकल होने पर पुरुष की गति नारी के सिवाय और कहीं नहीं है। ऐसे मौके प्रत्येक पत्नी के जीवन में आते हैं जबकि पुरुष अपराधी के रूप में उसके सामने आता है। यही मौका है स्त्री को अपनी उच्चता प्रमाणित करने का। और देखने में आता है कि अधिकांश महिलाएँ ऐसे मौके पर क्षमाशीला ही पाई गई हैं। यह मेरा सरताज है, पति है, जीवन-साथी है, मेरे बच्चों का बाप है, इसको मैंने सब कुछ देकर पाया है, हम दोनों ने एक इकाई होकर गृहस्थ की जिम्मेदारियों को ओढ़ा—ये विचार आते ही स्त्री क्षमाशीला बन जाती है।

प्रश्न यह उठता है कि क्या आधुनिक नारियाँ अपनी इस नैसर्गिक महानता को धीरे-धीरे खो रही हैं? हाँ, आधुनिकता का बाना पहनकर वे कुछ बहक तो गई ही हैं। समाज उनके प्रति अन्यायी और कठोर रहा, अब वे अपने अधिकारों की मांग करने लगी हैं। जाग्रति का यह चिह्न आशाजनक है। स्वतन्त्रता प्रिय होना अच्छी बात है, पर उच्छृंखलता निन्दनीय है। बुराई से संघर्ष करने का यह अर्थ नहीं है कि बदला लेने की भावना से नारियाँ उससे दुगनी बुराई का मार्ग अपनाएँ। बुराई से घृणा हर सूरत में करनी ठीक है, परन्तु जो व्यक्ति बुराई का शिकार हो गया है वह हमारी दया का पात्र है। आजकल शहरी स्त्रियों का और विशेषकर मध्यम वर्ग की स्त्रियों का जीवन के प्रति दृष्टिकोण बहुत तेज़ी से बदल रहा है। वे परिवार में अपनी उपयोगिता प्रमाणित करने में पिछड़ रही हैं। इस वर्ग के अन्तर्गत हम स्त्रियों को तीन हिस्सों में विभाजित कर सकते हैं।

नारी की तीन झाकियाँ—पहला तबका उच्च मध्यम वर्ग महिलाओं का है। इनके पति अच्छा-खासा मोटा वेतन पाते हैं या बिज़नेस में लाखों कमाते हैं। उस कमाई का अधिकांश भाग ये महिलाएँ ही अपने ऐशो-आराम, पार्टियों, फैशन में उड़ा देती हैं। वे इन्हीं कामों में व्यस्त रहती हैं, इसी कारण न तो उन्हें गृह-व्यवस्था को देखने का मौका मिलता है, न बाल-बच्चों को सम्भालने का अवकाश। खानसामा, बेयरा और आया ये ही तीन इनकी गृह-व्यवस्था करने वाले हैं। गृहिणी पति के साथ एक सजी-संजाई गुड़िया के रूप में दिखाई पड़े, दावतों-पार्टियों में अपनी वेशभूषा, शृंगार, ब्रिज खेलने की चतुराई और वाक्पटुता और अदा से लोगों को मुग्ध कर दे, यही क्या कुछ कम है! जब बच्चों की शिक्षा का प्रश्न आया तो उन्हें पब्लिक स्कूलों में दाखिल करा दिया। घर पर ट्यूटर लगा दिया। बहुत किया तो बच्चे को किसी बोर्डिंग स्कूल में भेज दिया। जब पतिदेव

के दफ्तर जाने का समय होता है, उस समय तक तो मेम साहिब पलंग पर ही होती हैं। उनके जाने के बाद ब्रेकफास्ट, नहाना-धोना आदि चलता है। फिर वे मोटर लेकर पति की कमाई सार्थक करने निकलती है। शॉपिंग करके क्या लौटीं मानो गृहिणी के कर्त्तव्य की इतिश्री हो गई। अथवा घर पर या किसी मित्र के घर ब्रिज पार्टी, कॉफी पार्टी जम गई तो फिर पति के दोपहर का खाना भिजवाने तक की याद नहीं रहती। खाना खाकर सौन्दर्य-रक्षा के लिए दोपहर को तीन घंटे की नींद लेना भी ज़रूरी है। शाम को घंटाभर लगाकर तैयार हुईं। अब इस रूप-सज्जा की प्रशंसा करनेवाला

भी कोई होना चाहिए। पतिदेव यदि दफ्तर से थके-हारे देर से लौटते हैं तो इसको वे अपने प्रति अवज्ञा समझती हैं। शाम को घर में रहना उनके लिए मानो जेल है। छटपटाती हैं कि कब सूर्यास्त हो और वे अपनी सोलहों कलाओं से किसी रेस्टोरेंट या क्लब के वातावरण को गुलज़ार करें। यदि पति को अवकाश हुआ तो वे साथ चले जाते हैं। पर दिनभर दफ्तर में काम करने के बाद उनमें कहाँ इतनी शक्ति बची है कि पत्नी की-सी स्फूर्ति ला सकें। बहुत हुआ तो वह ब्रिज खेलने बैठ गए। पत्नी के खेल और नृत्य के साथी अन्य नवयुवक ही होते हैं। ये भौंरे नवयुवक सुन्दरियों के आस-पास मंडराते रहते हैं। उनके रूप-सज्जा की प्रशंसा करते हैं। टेनिस-कोर्ट में उनके 'गुड शॉट' की दाद देते हैं। नृत्य में उनकी चपलता का बखान करते हैं। ये सुन्दरियाँ समझती हैं कि हमारे पतियों में गुणग्राहिकता की कमी है, तभी तो वे हमारी इन खूबियों की दाद नहीं दे पाते। धीरे-धीरे उनके ये प्रशंसक अधिक मुंहलगे बन जाते हैं। परिणामस्वरूप बातें उड़ती हैं—कुछ सच के आधार पर कुछ असत्य के आधार पर। इससे पारिवारिक जीवन की शान्ति भंग होती है। गृह-कलह बढ़ती है ? इज़्ज़तदारों की इज़्ज़त पर छींटाकशी होती है। गृहस्थी की कड़ियाँ चटकती हैं, बन्धन ढीले पड़ते हैं और नानावती कांड की पुनरावृत्ति तक की नौबत आ जाती है।

दूसरी श्रेणी में वे स्त्रियाँ आती हैं जो प्राचीन आदर्श और आधुनिक दृष्टिकोण लेकर पारिवारिक जीवन को सफल बनाने की कोशिश करती हैं। पर इस तबके के पुरुष नारी को अपनी सुविधा के अनुसार दर्जा देते हैं। जब घर की ज़िम्मेदारियाँ सँभालने, जीवन

में मनोरंजन और सरसता उत्पन्न करने तथा आर्थिक समस्या का बोझ बँटाने का प्रश्न सामने आता है तब तो ये आधुनिकता की दाद देने लगते हैं, पर जब धर्म या गृह-व्यवस्था, बच्चों की पढ़ाई अथवा व्यक्तिगत रुचि का प्रश्न आता है तो पति की इच्छा ही सर्वोपरि समझी जाती है। नीति अपनाने के लिए स्त्रियाँ बाध्य की जाती हैं। इससे इस वर्ग की महिलाओं में असन्तोष अधिक है। वे मन ही मन कुढ़ती हैं। निराश होकर जीवन से ऊब जाती हैं। उनके आगे बस एक ही रास्ता रह जाता है कि वे परिस्थितियों में जकड़ी रह कर भाग्यवादी बन जायें। परिजनों के लिए अपने जीवन का उत्सर्ग करने में जीवन की सार्थकता समझ, अपने को शहीद बनाने में ही आत्मतुष्टि अनुभव करें।

तीसरी श्रेणी में वे महिलाएँ हैं, जिन्हें अपने अधिकार या सुख का ध्यान ही नहीं है। वे नारी होकर जन्मी हैं यही मानो उनका दुर्भाग्य है। परम्पराओं में जकड़ी हुई, लाचार, दीन-हीन; राग-द्वेष, ईर्ष्या, आडम्बरों की शिकार, परिवार के दायरे में अन्य स्त्रियों के शोषण का शिकार बनी हुई जीवन गुजारती हैं। इनमें से कुछ स्त्रियों को इस तंग दायरे से बाहर निकलने का सौभाग्य मिल भी जाता है पर उनके संस्कार उन्हें नहीं उभरने देते। कुछ वैवाहिक जीवन का श्रीगणेश गलत ढंग से होने से ऐसे भंवर में पड़ जाती हैं कि उसमें से चाहकर भी वे नहीं निकल पातीं। नतीजा यह होता है कि कराहते-सिसकते इनका भी जीवन बीतता है।

तब क्या करें ?—आप पूछेंगे कि नया नानक दुखिया सब संसारा ? फिर सुख कहाँ ? सुख है मन में, जीवन के प्रति परिस्थिति के अनुसार दृष्टिकोण अपनाने में। आप यथा-शक्ति उबरने की चेष्टा करें, पर निराश होकर हिम्मत मत छोड़ें। समझ लें जीवन संघर्षमय है। कर्म ही जीवन है। अपनी बात भूलकर दूसरों के सुख की सोचें, दूसरों के लिए जिएँ। दूसरों को सुख पहुँचाकर सुख की अनुभूति करें। दूसरों से अधिक पाने की आशा न करें तो निराशा की शिकार नहीं बनेंगी। अन्याय का डटकर विरोध करें, पर अपने चरित्र, सहन-शक्ति को न खोएँ। अपने व्यक्तित्व को न मिटने दें।

यदि आप परिवार में अपना कर्त्तव्य कर रही हैं, पति की सच्ची सहचरी और सहयोगिनी हैं तो आप समझ लें कि आप अपने जीवन को सार्थक करती हुई जी रही हैं। गृहस्थाश्रम पर ही अन्य तीन आश्रम आश्रित हैं। गृहिणी के सत्य पर ही गृहस्थाश्रम की धुरी टिकी है। अपने गृहिणी कर्त्तव्य को निभाती हुई प्रत्येक गृहिणी समाज और परिवार के प्रति अपना कर्त्तव्य पूरा कर रही है। ऐसा जब आप विश्वास करेंगी तो हीनता की भावना से ऊपर उठेंगी और अपने को समर्थ समझकर कुछ कर सकेंगी।

तृष्णा के पीछे मत दौड़ें। उच्च वर्ग की महिलाओं का जीवन, जो इतना तड़क-भड़क का दिखता है, तृष्णा ने खोखला करके रख दिया है। उन्हें घर की ममता नहीं, बाल-बच्चों की ज़िम्मेदारी नहीं, पति से लगाव नहीं। बस, नई 'थ्रील' (Thrill) के पीछे वे बावली हैं। उनकी अपेक्षा उनकी दादी-नानी लाख दर्जे अधिक सुखी थीं। उन्हें आर्थिक सुविधाएँ थीं, सामाजिक मान था और पति और परिवार को लेकर वे एक इज्ज़त का

जीवन बसर करती थी। आज उनकी सन्तान अधिक आज़ादी, अधिक सुविधाएँ पाकर भी पथभ्रष्ट होकर असन्तोष और सन्ताप से दग्ध हो रही है। अति हरेक बात की बुरी होती है। सुख बदला लेने मे नहीं है, परन्तु सही मार्ग पर स्वय स्थिर रहकर दूसरों को भी उबार लेने में है। नारी यदि सुखी और यशस्वी होना चाहती है तो जरूरत इस बात की है कि वह पुरानी और नवीन दोनों युग की अच्छी बातो को अपनाए। अब दिन पर दिन परिस्थितियाँ उसके अनुकूल हो रही है। यदि वह अपना उद्देश्य और आदर्श स्थिरकर आगे बढ़ेगी तो निश्चय ही पारिवारिक और सामाजिक क्रान्ति उत्पन्न कर सकेगी। पर क्रान्ति कल्याणकारी तभी होगी जब कि नारी अपने नारीत्व के सौन्दर्य की रक्षा करती हुई गृहस्थी की बागडोर अपने हाथ मे सम्भाल सकेगी। नारियो की इस जाग्रति से पितृकुल की प्रधानता गौण होकर मातृकुल की प्रधानता बढेगी। उससे नारियों की आर्थिक स्थिति भी सुधरेगी।

पुरुषो को भी चेतना है पर उनकी वह चेतना गृहस्थी मे मूल परिवर्तन नही कर सकती। गृहस्थी का सुख नारी के प्रयत्नो पर टिका है। बच्चे उसके अपने है। समाज नारी के प्रति निर्णय देगा ही, क्योकि अब कानूनी तौर पर उसे संरक्षण प्राप्त है। सामाजिक संस्थाओं का सहारा उसे मिला हुआ है। सम्पत्ति अधिकार, तलाक आदि भी उसकी सहूलियत के लिए है। नारी क्षेत्र मे शिक्षा का प्रचार अधिकाधिक बढ रहा है। ऐसी सूरत में नारी ने मूल सुविधाओ का सदुपयोग करना है। गृहस्थी का नवीन निर्माण हो सके, गृहस्थ-सुख बढे, पति का सुख-सहयोग अधिक बढ़े इस बात की चेष्टा करनी है। गृहस्थी की सफलता कुछ शर्तों के निभाने या आर्थिक सुख की सीमा निर्धारित करने पर निर्भर नहीं है। यह तो पति-पत्नी के समझदारी से गृहस्थी चलाने पर निर्भर है। नारी गृहस्थी की धुरी है। धुरी मजबूत और कायम रहे तो नीव हिलने नही पाती पारिवारिक सुख, व्यवस्था और आर्थिक सुरक्षा के लिए नारी को अपने रहन-सहन, दिनचर्या, विचारधारा, सामाजिक रीति-रिवाजों को भी बदलना है, ताकि अशिक्षा, छुआछूत, पर्दा, दकियानूसी रीति-रिवाज मिट जायें और उसे प्रगति करने की सुख-सुविधाएँ मिल सकें।

22

वह कहें, आप सुनें

जी हां, सोचिए तो आप को कुछ अटपटा-सा लगेगा, बात यह है कि बहुत कम पत्नियां इस बात का महत्व समझती हैं कि वे अपनी सहनशीलता, प्रेम, मजाकिया स्वभाव और भेद को गुप्त रखने की सामर्थ्य से सच्चे अर्थों में अपने पति के हृदय, सुख-दुख, आशा-निराशा, सफलता-असफलता यानी मधुर और कटु सभी प्रकार के अनुभवों की साझेदार बनने का दावा कर सकें।

दिनभर का थका-हारा पति जब शाम को घर को आता है, तो उसकी मनोदशा विचित्र होती है। घर आकर वह पत्नी की फरमाइश, बच्चों और नौकरों की गलतियों की शिकायतें और पड़ोसियों के झगड़ों का रोना सुनने के मूड में नहीं होता। अगर वह अपना मूड तदनुसार नहीं बना पाता, तो पत्नी की शिकायत रहती है—तुम्हें न तो मुझमें

दिलचस्पी है, न मेरे घर से। मैं तुमसे अपना दुखड़ा न कहूं, तो फिर किससे कहूं? कौन मेरी उलझनें सुलझाएगा?"

उनकी अड़चनें समझें—ठीक है, इससे पुरुष भला कब इनकार करता है, पर क्या बहनों ने यह भी सोचा है कि आज वह दफ्तर में अपने अफ़सर से खरी-खोटी सुनकर आया

है या उसकी तरक्की में किसी प्रतिद्वन्द्वी ने रोड़े अटका दिए हैं। हर इन्सान अपनी परेशानी या खुशी को अपने किसी विश्वासी दोस्त से कहकर अपना दुख या खुशी बँटाना चाहता है। कुछ हमदर्दी या प्रेरणा के शब्द सुनना चाहता है। यही दुख-सुख की साझेदारी ही तो इनसान को सामाजिक बनाती है, पर बहुत कम पुरुषों को अपनी पत्नी से यह साझेदारी प्राप्त हो पाती है और उधर उल्टा चोर कोतवाल को डाँटे' वाली बात होती है। स्त्रियों की यह आम शिकायत रहती है कि हमें तो हमारे वह अपनी कोई बात बताते ही नहीं। दोस्तों को पहले उनके मनसूबों का पता चलता है और हमें बाद में। लोग तो कहते हैं कि आपके श्रीमान बड़े खुशमिजाज और बातूनी हैं। जहाँ भी, जिस भी मण्डली में होंगे, कहकहे सुनाई पड़ेंगे; पर हमें तो यही शिकायत है कि घर में आए, गुमसुम से होकर बैठ गए, अखबार या फाइलों में डूबे रहेंगे, कोई बात हमने पूछी तो बस 'हूँ, हाँ' में जवाब दे दिया, मानो मुँह में दही जमा हुआ है।

मैं इन बहनों से पूछती हूँ कि क्या आपने कभी यह भी सोचा है कि पति महोदय ऐसा क्यों करते हैं? अधिकांश पुरुष सचमुच में यह चाहते हैं कि दिनभर की बात अपनी पत्नी से कहकर मन हल्का करें। पर पत्नी महोदया पति को बोलने दें तब न? वह तो अपनी ही कहानी सुनाने के लिए उतावली रहती हैं। उनमें एक अच्छे श्रोता होने के गुण ही नहीं हैं। इस विषय में मुझे एक चुटकुला याद आया कि किसी नौजवान से एक बुजुर्ग ने पूछा, "क्यों भाई, तुम दोनों में कौन अधिक बोलता है?"

पति ने जवाब दिया, "जनाब शादी से पहले अधिकांश समय मैं बोलता था और वह मुसकरा-मुसकराकर लजीली नजरों से मुझे ताकती हुई सब सुनती थी, पर अब अधिकांश समय मेरी श्रीमतीजी ही बोलती रहती हैं और मैं चुपचाप सुनता रहता हूँ। मेरी बोलने की बारी ही नहीं आती।"

अधिकांश पुरुषों की यही शिकायत है। घर हो या बाहर, एकान्त में हो या मण्डली में, स्त्री यही चाहती है कि वह खुद बोलती रहे और दूसरे उसकी बात सुनें। यदि स्त्री अच्छी श्रोता बन सके, तो वह पति की अनेक समस्याएँ सुलझाने और उसे प्रेरणा देने में सफल हो सकती है।

अपने धन्धे के अतिरिक्त भी तो पुरुष के कुछ शौक होते हैं, पर उनके विषय में भी वह पत्नी से चर्चा नहीं करता क्योंकि उसे डर है कि दाद देने के बदले उल्टा वह यही कहेगी, "*क्या इल्लत लगा बैठे हो! समय और पैसे की बरबादी ही तो है।*"

एक प्रोफेसर साहब थे। उन्हें लिखने का बड़ा शौक था, पर उनकी पत्नी को उनके इस काम से बड़ी चिढ़ थी। लेखक मण्डली जब घर पर जमती तो वह बहुत बड़बड़ाती। एक साल प्रोफेसर साहब को अपनी पुस्तक पर पाँच सौ रुपए का पुरस्कार मिला। जब पत्नी को पता चला तो वह बिगड़कर बोली, "अजी आप कैसे हैं! आपकी पुस्तक निकली, उस पर इनाम मिला, पर आपने मुझसे इसकी चर्चा तक नहीं की। मैं क्या पराई हूँ?" पर वह यह भूल बैठी थी कि उसने प्रोफेसर साहब को कभी उस विषय पर बात

करने की प्रेरणा ही नहीं दी।

कई औरतोंकी जवान तो कतरनी-सी ऐसी तेज़ चलती है कि वे अपनी सोचने-विचारने की शक्ति को भी पीछे छोड़ जाती हैं। अपनी वात को तोलकर नहीं कहतीं। इससे पति को कभी-कभी मण्डली में वड़ा शरमिन्दा होना पड़ता है। पति को जव राय देने का मौका ही नहीं मिलता है तो वह चुप रह जाता है। यह वात स्त्रियों के लिए गौरव की नहीं है।

पत्नी घर में दिनभर आराम के वाद तरोताज़ा रहती है। वोलने के लिए वह उतावली वनी रहती है। स्टीम से भरे वॉयलर की तरह राह पाते ही उसकी जीभ विचार को प्रकट करने के लिए चलायमान हो उठती है। मेरी वात का यदि और प्रमाण चाहती हैं, तो किसी महिला-मण्डली में कुछ देर चुप रहकर दूसरों को वातें करते सुनें। किसी के मरने-जीने,हानि-लाभ,वैर-प्रेम की वात हो रही होगी। हरेक महिला उस वात का छोर पकड़कर अपनी राय देने, अपने व्यक्तिगत अनुभव सुनाने के लिए उतावली हो उठेगी, मानो फुटवाल का मैच चल रहा है कि खिलाड़ी गेंद को अपने प्रतिद्वन्द्वी से छीनकर खुद हथियाना चाहता है ; नहीं तो वह वाजी हार जाएगा।

स्त्रियों में एक दोप और भी है, वह वड़ी कड़ी आलोचक होती हैं। उनकी समझ में पुरुष भोले हैं, अव्यावहारिक हैं। लोग उनका नाजायज़ फ़ायदा उठाते हैं। अपनी लापरवाही और भुलक्कड़पन के कारण वे कोई काम ठीक से नहीं कर पाते। उनका कोई काम पति यदि करना भूल जाय या उनका तकाज़ा पूरा न कर सके तो फिर देखिए प्रश्नों की कैसी वौछार होती है—"तो आप वहाँ देर से पहुँचे ? भला क्यों ? दोस्तों की गपशप में ध्यान नहीं रहा होगा उठने का ? कौन था आपके साथ ? आप तो हैं ही ऐसे, आप पर निर्भर रहना भूल है," आदि-आदि।

वेचारा पुरुष कहना तो असली वात यह चाहता था कि क्या करता मेरे वॉस ने काम की अधिकता के कारण छुट्टी नहीं दी। पर श्रीमतीजी की आलोचना के आगे वह चुप ही रहने में कुशल समझता है। उसे मालूम है, कोई उसकी वात का विश्वास तो करेगा ही नहीं।

घर में घुसते ही जव पति की आलोचना हो, उससे कैफियत तलव की जाय, उसे शिकायतों की वौछार का सामना करना पड़े, तव भला उसका मूड वात करने का कैसे रहेगा ? चाय का एक गर्म प्याला लेकर उसे अखवार में खो जाने में ही अधिक भलाई दीखेगी।

बोलें कम, सुनें अधिक—पुरुषों का काम ऐसा है कि उन्हें दफ्तर या व्यवसाय की वहुत-सी वातें गुप्त भी रखनी पड़ती हैं। स्त्री का पेट पतला होता है। कोई वात वह पचा नहीं पाती। पुरुष एक कान से सुनकर दूसरे से उसे निकाल देंगे, पर स्त्री दोनों कानों से सुनकर उस भेद को मुँह से निकालने के लिए उतावली रहती है।

आप क्लव या पार्टी में इस वात का प्रमाण सहज ही पा सकेंगे। राजनीतिज्ञों और अफसरों की वीवियाँ अपने पतियों की एक-एक वात की जानकारी रखती हैं और इसे वे

उसी अफसरी ढंग से अपनी मण्डली में प्रकट करने से नहीं चूकती। इससे कभी-कभी पुरुषों की स्थिति बड़ी नाजुक हो जाती है। कई पुरुषों को बाद में इस बात के लिए पछताना पड़ा है कि अपने किसी मित्र का भेद, अपने अफसर की कोई भूल या किसी परिचित परिवार की किसी बदनामी की चर्चा वे अपनी पत्नी से कर बैठे और पत्नी ने उसकी सूचना को नमक-मिर्च लगाकर अपने अड़ोस-पड़ोस में फूंक दिया या ईर्ष्यावश नीचा दिखाने के लिए किसी को घुमा-फिराकर सुनाते हुए ताना मार दिया। नतीजा यह हुआ कि उनका फल पति को भोगना पड़ा। वह मित्र को मुंह दिखाने लायक नहीं रहे या अफसर ने तरक्की रोक दी अथवा वह परिचितों का विश्वास खो बैठे।

अब आप ही सोचिए कि महिलाओं की यह शिकायत कितनी बेकार है कि पति हमसे बात नहीं करते, अपना दुख-सुख नहीं कहते, हम पर विश्वास नहीं करते। करें कैसे, जबकि आप में समझ ही नहीं है पति की बातचीत की सच्ची साथिन बनने की। यदि आप यह चाहती हैं कि पति आपसे बातचीत करें, आपसे राय लें, तो न केवल आप बातचीत करने में पटु हों, बल्कि उनकी बात ध्यान से सुनें, ताकि वे आपसे अपनी बात कहने को उत्साहित हों। आप उनके दृष्टिकोण को समझें, उनके प्रयत्नों की दाद दें। उन्हें असफलता को भूलने में मदद दें। आगे बढ़ने की प्रेरणा दें। याद रखें, जिस प्रकार माँ की गोद चोट खाए हुए बच्चे की पीड़ा को भुला देती है, उसी प्रकार एक समझदार पत्नी का सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार थके-हारे, निराश पति के लिए सुख और आत्मविश्वास पैदा करने वाला प्रमाणित होता है।

बातचीत के विषय में एक बात का और ध्यान रखा जाय, आपकी आवाज, शब्दों का चुनाव, आपका लहजा और भावभंगिमा भी मधुर और शिष्ट होनी जरूरी हैं। स्त्री का व्यक्तित्व और आकर्षण बहुत कुछ उसकी बातचीत और मुसकान पर निर्भर है। उनकी शिक्षा, संस्कृति, स्वभाव और योग्यता का मापदण्ड उनकी बातचीत है। समाज में जो स्त्रियाँ लोकप्रिय हैं, उसका एक मुख्य कारण है उनकी वाक्पटुता। एक अच्छी वक्ता बनने के लिए आपका एक अच्छा श्रोता होना बहुत जरूरी है। इसके लिए आपको पढ़-लिखकर अपना शब्द भण्डार, साधारण ज्ञान भी बढ़ाना चाहिए। तभी आप समाज में लोगों की बात समझ सकेंगी। आप दूसरों की बातों में दिलचस्पी लें। अपना ही राग मत अलापें। आपकी आवाज विषय के अनुकूल हो। यदि कोई सुन्दर और शिक्षिता स्त्री भी स्वभाव से कर्कशा और बातचीत में अशिष्ट हो, तो लोग उससे कतराते हैं। अपनी भावनाओं को प्रकट करने में आपके शब्दों का चुनाव और लहजा महत्त्वपूर्ण पार्ट अदा करता है। पुरुष आपकी प्यारभरी फटकार और उलाहना सुनकर हँस देगा, पर अशिष्ट दुत्कार से उसके आत्माभिमान को बहुत चोट लगेगी। इससे हृदय की दूरी बढ़ती जाएगी और सम्भव है पति आपको अपने दुःख-सुख का साथी न समझकर घर का दरोगा मात्र ही समझने लगे।

आप कहेंगी, तब क्या किया जाय पति की विश्वासी सखी और सुख-दुःख की

में कुछ कटु बात भी कह दें, तो उसी बात को लेकर उनकी निर्दयता और बेवफाई की दुहाई न देती रहें। जहाँ दो बर्तन रहते हैं, खटकते ही हैं। ऐसी सूरत में उसी बात को कहते रहने से दाम्पत्य जीवन की मधुरता नष्ट हो जाती है।

8. अपने पति की रुचि और समस्याओं में दिलचस्पी लें। उन्हें प्रेरणा दें। उनके मित्र और प्रिय विषयों के विषय में चर्चा करें। फिर देखिए, वह आपको एक समझदार श्रोता और सखी पाकर आपसे अपनी हर बात कहने और आपकी सलाह लेने को उतावले रहेंगे।

9. कुछ पुरुषों की आदत अपनी बात पर अड़ने की होती है। कई अपनी आदतों से भी लाचार होते हैं। ऐसी सूरत में पारिवारिक शान्ति बनाए रखने के लिए गम खाना पड़ता है। बहस करने से कोई नतीजा नहीं निकलता। उल्टा मन-मुटाव बढ़ता है।

जब पति स्त्री से अक्ल में कम हो, बारबार समझाने पर भी न माने और टोके जाने पर उल्टा पत्नी पर बिगड़े तो परिस्थिति बहुत शोचनीय होती है। मैं इस बात को महसूस करती हूँ कि ऐसी परिस्थिति में चुप रहने में स्त्री को बहुत घबड़ाहट होती है। पर किया क्या जाय। मानसिक अपरिपक्विता भी तो एक भारी शारीरिक दोष है। इस प्राकृतिक दोष से चुप रहकर ही निबटना उचित है।

समस्याओं को समझकर सुलझाने वाली बनने के लिए? नीचे लिखी बातों का ध्यान रखें तो आप अपने पति की बातचीत की साथिन बनने में सफल हो सकेंगी—

1. अपनी ही न हांकती जायें, दूसरों की भी सुनें। पति दिनभर बाहर रहते हैं उनका अधिकांश समय पुरुषों के संग बीतता है। घर और पत्नी थके-हारे पति के लिए एक विशेष आकर्षण रखते हैं। आप उनका मधुर मुस्कान से स्वागत करें। उनके आराम की व्यवस्था कर दें। नाश्ता मेज पर तैयार रखें। उनका तौलिया, बनियान आदि ठीक जगह पर रखें। उनकी आदत को समझकर ही घर की सब व्यवस्था रखें। उनके आने पर घर गन्दा न हो, बच्चे शोरगुल न मचाते हों।

2. दफ्तर के थकेहारे पुरुष को घर लौटने पर कुछ क्षण आराम करने के लिए भी चाहिएं। थके-हारे व्यक्तियों को कोई मानसिक चोट पहुंचानेवाली या परेशानी की बात कहने से उनके नाड़ी-मंडल पर बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है। अनुसन्धान करने के बाद डाक्टरों का कहना है कि आजकल के पतियों की नाड़ी-मंडल की दुर्बलता का एक कारण यह भी है कि आजकल की पत्नियां पति के मूड का कम ध्यान रखती हैं। इसके विपरीत पति पहले की अपेक्षा घर के कामों में अधिक दिलचस्पी लेते हैं, घर के कामों में हाथ बँटाते हैं और पत्नी की प्रसन्नता का अधिक ध्यान रखते हैं।

3. पति जब खा-पीकर आराम करने लगें, तभी ठीक ढंग से आप अपनी बात कहें। प्यारभरा उलाहना देना और बात है, पर ताने देना, खरी-खोटी सुनाना और बात है। यदि आपको कभी पति को कुछ खरी-खरी बात सुनानी ही हो, तो छुट्टी के दिन मौका देखकर सही बात नपे-तुले शब्दों में कहें, जो फैसला हो जाय उसके अनुसार चलना तय करें।

4. आप एक अच्छी श्रोता बनें। यदि आपके पति अपनी तरक्की, नई योजना या दफ्तर की कोई घटना का जिक्र आपसे करते हैं, तो आप उस बात की चर्चा और किसी से न करें। बात उड़ जाने से काम बिगड़ भी सकता है।

5. यदि आपके पति ने अपने अतीत जीवन की असफलता, ग़लतियाँ या किसी के प्रति किए हुए किसी दुर्व्यवहार की चर्चा आपसे की है, तो इस भेद को आप अपने तक ही रखें और इसकी चर्चा अपने पति को नीचा दिखाने या उनकी आलोचना करने के लिए भूलकर भी न करें।

6. यदि आपके पति ने अपने बहन-भाई या कुनबे की किसी भूल-चूक, स्वभाव या चरित्र सम्बन्धी दोष आदि की चर्चा आपसे की है तो आप इस बात को लेकर खानदान की बदनामी या लड़ाई-झगड़ा होने पर कुटुम्बियों पर छींटाकशी कभी मत करें। प्रत्येक पत्नी को अपने पति के परिवार की कमियों या बदनामी का पता रहता है, इसलिए घर का भेदी बनने वाली भूल मत करें।

7. आप में सहनशीलता और मज़ाक को समझने का माद्दा होना चाहिए। यदि पति कभी मज़ाक कर बैठें या हँसी-हँसी में चिढ़ाने के लिए कुछ कह दें या गुस्से

में कुछ कटु बात भी कह दें, तो उसी बात को लेकर उनकी निर्दयता और बेवफाई की दुहाई न देती रहें। जहाँ दो बर्तन रहते हैं, खटकते ही हैं। ऐसी सूरत में उसी बात को कहते रहने में दाम्पत्य जीवन की मधुरता नष्ट हो जाती है।

8 अपने पति की रुचि और समस्याओं में दिलचस्पी लें। उन्हें प्रेरणा दें। उनके मित्र और प्रिय विषयों के विषय में चर्चा करें। फिर देखिए, वह आपको एक समझदार श्रोता और सखी पाकर आपसे अपनी हर बात कहने और आपकी सलाह लेने को उतावले रहेंगे।

9. कुछ पुरुषों की आदत अपनी बात पर अड़ने की होती है। कई अपनी आदतों से भी लाचार होते हैं। ऐसी सूरत में पारिवारिक शान्ति बनाए रखने के लिए गम खाना पड़ता है। बहस करने से कोई नतीजा नहीं निकलता। उल्टा मन-मुटाव बढ़ता है।

जब पति स्त्री से अक्ल में कम हो, बारबार समझाने पर भी न माने और टोके जाने पर उल्टा पत्नी पर बिगड़े तो परिस्थिति बहुत शोचनीय होती है। मैं इस बात को महसूस करती हूँ कि ऐसी परिस्थिति में चुप रहने में स्त्री को बहुत घबड़ाहट होती है। पर किया क्या जाय। मानसिक अपरिपक्वता भी तो एक भारी शारीरिक दोष है। इस प्राकृतिक दोष से चुप रहकर ही निबटना उचित है।

खिला चेहरा मुरझा गया है पर शकुन्तला जो उम्र में आपसे भी दो साल बड़ी है आज भी युवती-सी आकर्षक प्रतीत होती है। आप हँसकर ठिठोली करती हैं, "शकुन, तू तो ऐसी दिखती है, मानो आज ही डोले से उतरी है ! अरे भाई, हमें भी बता तू क्या खाती है क्या पीती है ? दिखता है यौवन का वरदान तूने ही किसी ऋषि से प्राप्त कर लिया है।"

शीशे के आगे खड़ी होकर आप अपना चेहरा देखती हैं। आपको फिर अपनी सहेली शकुन्तला की याद आती है। आप सोचती है मुझसे दो साल बड़ी ही है, चार बच्चों की माँ, हमेशा किसी न किसी प्रकार के समाज-सेवा के कार्य में वह लगी ही रहती है। कुछ हमारी जैसी बहनें भी हैं कि आराम से घर में बैठी हुई भी हारी-थकी-सी बनी रहती हैं। कमला, शोभा तथा अन्य सहेलियों को भी देखा—क्या गत बन गई है उनकी। इन बीस वर्षों में किसी के बाल सफेद हैं तो किसी का चेहरा रूखे बालों और आगे निकले हुए दाँतों ने खराब कर दिया है, किसी का स्वास्थ्य बिगड़ जाने से चेहरे पर झुर्रियाँ पड़ गई हैं। पर केवल एक शकुन्तला ने किस खूबी से अपना यौवन का आकर्षण इस प्रौढ़ावस्था में भी बनाए रखा है। कुछ भारी जरूर हो गई है पर उससे और शानदार दिखने लग गई है।

आइए मैं आपको बताऊँ अपने यौवन को क़ायम रखने के लिए आपको क्या करना चाहिए :—(1) स्वास्थ्य और रूप की रक्षा करें, (2) जिन्दादिली और मानसिक

प्रसन्नता बनाए रखें, (3) अपने जीवन में ऐसे मनोरंजन पैदा करें कि आपकी शारीरिक और मानसिक थकावट दूर हो जाय, (4) अपने खाली समय को किसी मनोरंजक कार्य (होबी) में लगाएं, (5) सामाजिक जीवन का विकास, करें (6) विश्राम का महत्त्व समझें, (7) असमय में बुढ़ापा पैदा करने वाले तथा रूप विकृति करने वाले कारणों को दूर करें।

दाम्पत्य जीवन को मधुर बनाएँ—आप गृहिणी हैं, बच्चों की मां हैं पर यह बात मत भूलें कि किसी की प्रिया भी हैं। अपने प्रियतम की जीवन संगिनी हैं। इसलिए दिन में कभी तो गृहिणी तथा मां की जिम्मेदारियों से छुट्टी लेकर पति के जीवन में रंग बिखेरें, उनको रिझायें, साथ में घूमने जायें, एक साथ भोजन करें, हास्य परिहास से पारिवारिक जीवन को मुखरित करें। छुट्टियों के दिनों में कहीं बाहर सैर-सपाटे के लिए चली जायें, बच्चों को लेकर दोनों जनें पिकनिक को जायें। अपने पति के संग सिनेमा नाटक, कवि-सम्मेलन में भी जायें। उत्सवों पर घर में दोस्त-मित्रों को प्रीति भोज पर बुलाएं। खुद भी उनके यहाँ जायें, इस प्रकार अपने सहयोग से पति के सामाजिक जीवन को पूर्ण बनाएँ, जीवन में नवीन दिलचस्पियां पैदा करें, उत्सवों को चाव से मनाएँ। होबिज, साहित्य चर्चा, भगवत चर्चा आदि द्वारा अपने शिथिल मस्तिष्क को तरोताजा करें। ये सब बातें जीवन को पूर्ण बनाती हैं और इनसे मानसिक स्वास्थ्य सुन्दर बना रहता है। निठल्ली और निकम्मी स्त्री जीवन से जल्द ऊब जाती है। उसका रुधिर परिचालन स्वस्थ उत्तेजना के बिना धीमा पड़ जाता है। इससे अंगों में स्फूर्ति का अभाव बना रहता है। वास्तविक आराम है दिनचर्या में उचित रद्दोबदल—एक ही काम करते-करते मन ऊब जाता है। पर नवीनता का यह मतलब नहीं है कि दिनचर्या अनिश्चित-सी रहे। विश्राम का आनन्द थकावट के बाद ही महसूस होता है जो महिलाएँ नौकरों से भरे-पूरे घर में दिन भर माल चरकर खटिया तोड़ती रहती हैं, उनका यौवन और काया की सुडौलता दो-चार साल में ही एक-दो बच्चों की माँ बन कर ही नष्ट हो जाती है। परिश्रम से निखरा हुआ रूप-रंग एक विशेष आभा से युक्त होता है। ऐसी स्त्रियाँ एक या दो घंटा दोपहर को खाना खाकर आराम करके फिर काम करने के लिए तरोताजा हो जाती हैं। घर का काम-धन्धा हरेक महिला को करना चाहिए। पर काम की व्यवस्था ठीक से करें ताकि आप को मनोरंजन और विश्राम के लिए भी समय मिल जाय। घर की व्यवस्था करने में जो स्त्री फूहड़ है उसका घर गन्दा रहता है, कोई काम वक्त पर नहीं हो पाता। व्यवस्था ठीक न होने से खर्च दुगना होता है। इन आर्थिक चिन्ताओं और काम की परेशानी से वह थकी टूटी-सी रहती है और उसका फूहड़पन उसके व्यक्तित्व और बातचीत से भी प्रकट होता रहता है।

कुरूप, फूहड़ और रोगी पत्नी पति के जीवन का भार हो जाती है। वह कुढ़ता है, छटपटाता है, उसाँसें भरता है और गले पड़ा ढोल सरीखा उस रिश्ते को निभाता है पर याद रखें इस प्रकार किसी के गले का ढोल बनकर जीने में कुछ लज्जत नहीं। आप पाश्चात्य

महिलाओं के देखें साठ को उम्र पार करके भी वे अपने केश विन्यास, रूप सज्जा और आयु अनुकूल सुरुचिपूर्ण वेशभूषा द्वारा अपने व्यक्तित्व के आकर्षण को बनाए रखती हैं जबकि हमारे यहां की महिलाएँ दो बच्चों की मां बनकर लबड़धों बन जाती हैं।

बुढ़ापे से कैसे बचें ?—एक बुद्धिमान स्त्री ने एक बार कहा कि अगर सोलह वर्ष की अवस्था में कोई स्त्री सुन्दर दिखती है, तो उसको इसका श्रेय देना अनुचित है, परन्तु यदि साठ वर्ष की अवस्था में भी उसका सौन्दर्य अक्षुण्ण है, यह उसकी अपनी आत्मा का कृतित्व है।

शरीर के अन्दर कुछ ग्रंथियां ऐसी हैं जिनके रस से यौवन बना रहता है। नारी की यौन-ग्रंथियों से जो एक विशेष रस निकलता है उसे 'हॉरमोन' कहते हैं। यदि किसी नारी के युवावस्था में ही हॉरमोन पैदा होना बन्द हो जाय तो उसके शरीर में बुढ़ापे के चिह्न दृष्टिगोचर होने लगेंगे। महिलाओं का यौन जीवन, मासिक धर्म, गर्भाधान और कामेच्छा इन ग्रंथियों की शक्ति के संतुलन पर ही निर्भर होता है। चालीस के बाद स्त्री की प्रजनन शक्ति धीरे-धीरे कम हो जाती है और अन्त में उसका मासिक धर्म बन्द हो जाता है। इस समय हॉरमोन ग्रंथियों का स्राव कम होने के कारण शरीर में कई परिवर्तन दिखाई पड़ने लगते हैं। स्त्रियों का मानसिक और शारीरिक सन्तुलन बिगड़ जाता है। बदन में दर्द, जोड़ों पर चर्बी की अधिकता, मन उदास-उदास रहना, हमेशा थकावट बनी रहनी, संसार से मन विरक्त हो जाना आदि इसके लक्षण हैं। इससे सफेद बाल होने शुरू हो जाते हैं और शरीर की सुडौलता मारी जाती है।

विज्ञान दिनों-दिन उन्नति कर रहा है। यदि वय सन्धिकाल में ऐसे चिह्न दृष्टिगोचर हों तो किसी डाक्टर से सलाह लें। वह आपको थोड़ी-थोड़ी मात्रा में 'श्रीलिम' हॉरमोन देगा। हॉरमोन के इंजेक्शन और गोलियां भी मिलती हैं। डाक्टर की सलाह से उनका सेवन करें। युवावस्था में ही जिन बहनों के शरीर में हॉरमोन की कमी होती है, उनके यौवन का विकास अधूरा ही रह जाता है तथा मासिक धर्म ठीक से नहीं होता, स्तन अविकसित रह जाते है, दाढ़ी-मूंछ निकल आती है, आवाज भारी हो जाती है, अंग स्थूल और कठोर हो जाते हैं, गर्भाधान की शक्ति नहीं रहती और नारी-सुलभ कोमल भावनाओं का अभाव रहता है। यहाँ तक कि उनकी रुचि, बातचीत का ढंग और हाव-भाव तक में मर्दानापन टपकता है। यदि किसी स्त्री के बदन में हॉरमोन उत्पन्न करने वाली ग्रन्थियों का सन्तुलन बिगड़ जाय तो डाक्टर को अवश्य दिखाएँ। मेडिकल रिपोर्ट से पता चलता है कि हॉरमोन अभावग्रस्त महिलाओं का इलाज कराने से यौन ग्रंथियों में फिर से हॉरमोन निकलने लगता है। यौवन के लावण्य से उनका रूप निखर उठता है और उनके मन में स्फूर्ति तथा उमंग छा जाती है।

इस आयु में दूसरी बात जो ध्यान रखने योग्य है वह है भोजन। चर्बी उत्पन्न करने वाले पदार्थ, चीनी, तले हुए और भुने हुए खाद्य पदार्थ, मैदे की चीजें, मिठाई आदि कम से मत खाएँ। दूध, दही, फल, फलों का रस, हरी सब्जियां, चोकर सहित रोटी और उबला

हुआ भोजन यदि आप खाएँगी तो आपका यौवन बना रहेगा। महिलाएँ प्रायः यह भूल करती हैं कि जो भोजन युवावस्था में खाती हैं वही प्रौढ़ा और वृद्धावस्था में भी चालू रखती हैं। फलस्वरूप उनका शरीर प्रौढ़ावस्था के अन्त में स्थूल हो जाता है। शरीर में जब चर्बी की अधिकता हो जाती है तो अन्य रोगों के लिए पृष्ठभूमि स्वयं ही तैयार हो जाती है।

यदि आपको अपने शरीर की मशीन में कोई गड़बड़ी लगती है तो फौरन सावधान हो जायें। अधिकांश स्त्रियाँ सिर में दर्द, अनिद्रा, हमेशा थकावट बनी रहना, अधिक पेशाब आना, गर्भाशय से लाल पानी-सा जाना, जल्दी जुकाम हो जाना आदि लक्षणों को वय सन्धि-काल के स्वाभाविक लक्षण मानकर इनकी ओर ध्यान नहीं देतीं। यह उनकी भारी भूल है; क्योंकि कुछ ही समय बाद रोग बढ़ जाने पर जब उन्हें पता चलता है कि वे हृदयरोग, डायबिटिस, कैंसर अथवा दमा आदि किसी भयंकर रोग की जकड़ में आ गई हैं तो फिर वे लाचार हो जाती हैं। यदि उन्होंने आरम्भ में सावधानी बरती होती तो उनका सौन्दर्य और शारीरिक शक्ति का इस तरह ह्रास कभी न होता।

आपका मासिक धर्म बन्द हो गया है, इसका यह मतलब नहीं है कि यौवन ने आपसे विदाई ले ली है। नियम और संयम से रहें पर, मन की जिन्दादिली को मत खो बैठें। जीवन में रस लें। आयु अनुकूल सजने-सँवरने का चाव रखें। अपनी वेशभूषा साफ-सुथरी और सफेद रखें। सफेद वेशभूषा वृद्धाओं पर बहुत खिलती है। त्वचा को मालिश और उबटनों से स्वस्थ बनाए रखें। वायु-सेवन के लिए जाएँ। थकाने वाले परिश्रम से बचें और नींद का पूरा-पूरा ध्यान रखें। मानसिक शान्ति के लिए यह जरूरी है कि आपकी दिनचर्या नियमित हो, आप पारिवारिक झगड़ों से दूर रहें और अपने अवकाश का समय किसी मनोरंजक हौबी में बिताएँ ताकि आपको जीने की प्रेरणा मिलती रहे। साहित्यिक चर्चा और भगवत चिन्तन से भी वृद्धावस्था में बहुत आनन्द और शान्ति प्राप्त होती है। वृद्धावस्था का सौन्दर्य आपके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य पर निर्भर है। अतएव इनकी ओर बहुत ध्यान दें। यदि आप उपरोक्त सुझावों पर अमल करेंगी तो आप बुढ़ापे में भी सुन्दर और आकर्षक दिखेंगी तथा आपका व्यक्तित्व शानदार दिखेगा।

एक अनुभवी का कहना है कि बुढ़ापा आयु पर अवलम्बित नहीं, अपितु जीवन का सुख भोग करने की शक्ति पर निर्भर है। देखने में आता है कि जो वृद्धाएँ घर के कामों में दिलचस्पी लेती हैं, जिन्हें अपने नाती-पोतों से प्रेम होता है, जो कुछ न कुछ करती रहती हैं, जिनकी दिलचस्पी का दायरा विस्तृत होता है, जो कि अपने पारिवारिक जीवन में सन्तुष्ट हैं, उन महिलाओं का वृद्धावस्था में भी स्वास्थ्य अच्छा बना रहता है और वे भव्य और आकर्षक प्रतीत होती हैं।

अधिक आयु होने पर चाहे आपकी नाड़ियाँ तथा स्नायु-मण्डल कुछ दुर्बल हो जाते हैं और कार्यशक्ति घट जाती है; पर आपकी बुद्धि, व्यवहारकुशलता, अनुभव, सहनशीलता, धीरज तथा अन्य आत्मिक गुण बढ़ जाते हैं। वृद्धावस्था में एक बात जो सबसे

अधिक खलती है वह है नई पीढ़ी का असहयोग। उनके मतभेद, युवा पीढ़ी की उपेक्षा और आलोचना बुढ़ापे में असहनीय हो जाती है। जीवन में एकाकीपन आ जाता है। इससे बचने के लिए आप अपने जीवन में दिलचस्पी का दायरा बढ़ाएँ। नई पीढ़ी के दृष्टिकोण को समझें। अपने दकियानूसी विचारों को छोड़कर जीवन के प्रति आधुनिक दृष्टिकोण अपनाएँ। वेशभूषा को साफ-सुथरी रखें तथा नई बातों को समझने और सीखने की इच्छा रखें। यह धारणा दिल से निकाल दें कि बुढ़ापे में सीखना असम्भव है।

दिलचस्पी का अभाव ही व्यक्ति को असामाजिक बना देता है। जो महिलाएँ प्रौढ़ावस्था में ही वृद्धावस्था के लिए तैयारी कर लेती हैं। वे बुढ़ापे में कभी एकाकीपन महसूस नहीं करतीं, तैयारी करने से यह अभिप्राय है कि ऐसी 'हौबी' पैदा करना जिसमें व्यस्त रहकर आपका समय मज़े में कट जाय। आप उन हौबीज़ के ज़रिए बच्चों और नौजवानों को अपनी ओर आकृष्ट कर सकें। इस प्रकार नई पीढ़ी से आपका सम्बन्ध बना रहेगा। यदि प्रौढ़ावस्था में आपने जीने की कला में निपुणता प्राप्त कर ली है तो आपकी वृद्धावस्था शान से गुज़रेगी, इसमें कोई शक नहीं। यदि आपको मानसिक शान्ति बनी हुई है, आप जीवन के प्रति व्यावहारिक दृष्टिकोण रखती हैं तो आपका बुढ़ापा मज़े में कट जाएगा। ऐसे ही महिलाएँ वृद्धावस्था में भी ऐतिहासिक खंडहर की तरह अपनी भव्यता, आकर्षण और महत्त्व बनाए रखने में समर्थ होती हैं।

24
यह लक्ष्मण रेखा

लोग कहते हैं कि प्रेम अन्धा है। इसमें तो कोई सन्देह नहीं जो प्रेम-वासना पर पनपता है उसका आवेग तीव्र होता है और वासना की पूर्ति हो जाने के बाद उसका आकर्षण भी कम हो जाता है। रूप की भूख और हृदय की भूख का यही अन्तर है। जहाँ हृदय को समझकर प्रेम किया जाता है वहाँ विवेक का आश्रय नहीं छोड़ा जाता।

अब जबकि तलाक़ की छूट मिल गई है, मनचलों के लिए विवाह बन्धन एक ठेका मात्र रह गया है। वे नवीनता की खोज में रहते हैं। यदि उनका जीवन-साथी उनकी धांधली चुपचाप सहता रहे तब तो ठीक है, पर जहाँ उनकी आज़ादी में किसी ने रोड़े अटकाए, रोक-टोक की कि गृहस्थ जीवन में खलबली मच जाती है। कमाऊ पुरुष के लिए छुटकारा पाकर फिर से अपना घर बसा लेना सरल है, परन्तु मुसीबत तो स्त्री की है। बाल-बच्चे वाली एक संभ्रान्त महिला किधर जाय? न तो छाती पर सौत से मूंग दलवाई जा सकती है और न ही कचहरी में खिचे-खिचे फिरना ही उसे अच्छा लगता है।

हमारे एक मित्र वकील हैं। उनके पास आये दिन तलाक़ के लिए केस आते हैं। अधिकांश केसों में बस यही रोना होता है कि पत्नी मुझे पसन्द नहीं, वह गृहिणी का कर्तव्य ठीक से नहीं निभाती इसलिए मैं उसके साथ नहीं रह सकता। जबकि असलियत यह होती है कि पति का मन अपने आफिस की किसी स्टेनो या मित्र की पत्नी से अटक गया होता है। इसलिए उसे अपने बच्चों की माँ कुरूप, फूहड़, नीरस और निकम्मी प्रतीत होने लगती है। कई पुरुष पढ़-लिखकर, ऊँचा ओहदा पाकर अपने जीवन को सब तरह से नवीन ढंग से शुरू करना चाहते हैं। इसलिए अपने माँ-बाप के द्वारा पसन्द की हुई पत्नी के संग उन्हें निभाना अब असम्भव प्रतीत होता है। बस, वे सौ दोष दिखाकर पत्नी को छोड़ देना चाहते हैं।

मैं यह नहीं कहती कि पत्नी की ओर से तलाक़ की अर्जी नहीं आती। पर यह तो अधिकांश रूप से उसी परिस्थिति में जहाँ पति दुराचारी, व्यभिचारी, अत्याचारी और चिर रोगी हो, या धोखे से ब्याह कर दिया गया हो अथवा ब्याह के बाद पति ने कोई सम्बन्ध ही न रखा हो। ऐसी सूरत में छोटी उम्र की पत्नियों को सुख-शान्ति से अपनी ज़िन्दगी बसर करने का अधिकार प्राप्त करने के लिए तलाक़ का आश्रय ढूंढ़ना पड़ता है।

पुरुष स्वभाव से स्वेच्छाचारी हैं। रूप का लोभी है। विवाह की सुरक्षा बनाए रखने के लिए समाज ने उसे एक पतिव्रत नियम में बाँधा है। गैरज़िम्मेदार पुरुष इस बन्धन को तोड़कर निकल जाना चाहता है। आजकल के ज़माने में जबकि पुरुष और स्त्री को एक साथ मिलने-जुलने की काफ़ी सुविधा और मौका मिलता है, उन्हें अपने चंचल मन पर नियन्त्रण

रखना चाहिए। मैं इतना जरूर कहूँगी कि पुरुष के इस प्रणय क्रीड़ा की पार्टनर ग्राखिर-कार कोई दूसरी स्त्री ही होती है। फिर चाहे वह कुमारी कन्या हो या किसी मित्र की विवाहिता पत्नी। क्या नारी का किसी दूसरी नारी के घोसले को उजाड़ने का यह कार्य निन्दनीय नहीं है? रोमांस की भूलभुलैयां में पड़कर, प्रेम के सब्जबाग की कल्पना कर वे यह ग़लत क़दम क्यों उठाती हैं? चरित्र को बाँधने वाली लक्ष्मण-रेखा को वे क्यों लाँघती हैं?

किसी भी समाज की प्रगति का मापदण्ड उसका नारी समाज माना जा सकता है। जिस देश में स्त्रियाँ जितनी अधिक पढ़ी-लिखी हैं, जहाँ उन्हें पुरुषों के कन्धे से कन्धा भिड़ाकर चलने का सुअवसर प्राप्त है और जो इस सुअवसर को अपनी योग्यता और व्यवहार-कुशलता से सफल बना सकती हैं, वह समाज प्रगतिशील समझा जाता है। पर अधिकार और स्वतन्त्रता की इस भाग-दौड़ में महिलाओं के लिए खतरा और जिम्मेदारियाँ दोनों ही बढ़ गई हैं। वे पुरुषों के सम्पर्क में आती हैं—कुछ पुरुष उन्हें अच्छे सहयोगी प्रतीत होते हैं, कुछ उनके विश्वासपात्र मित्र बन जाते हैं, पर कोई पुरुष ऐसा भी होता है जिसके प्रति उनका आकर्षण बहुत तीव्र होता है। उसकी बातचीत, वेशभूषा, आदत तथा तौर-तरीका सभी उसे मोह लेता है। एक तरह से उस पुरुष का सम्पूर्ण व्यक्तित्व ही उसको ऐसा मुग्ध कर लेता है कि वह प्रवाह में पड़े तिनके की तरह उसकी ओर खिंची चली जाती है।

अब यदि वह व्यक्ति उनकी ही तरह अविवाहित है और अपना जीवन-साथी चुनने के लिए स्वतन्त्र है तब तो दोनों की घनिष्ठता और प्रेम उन्हें विवाह-बन्धन में बँध जाने की सुविधा देता है और इस मित्रता का सुखद अन्त होता है, पर यदि पुरुष विवाहित है तब तो स्त्री के लिए उसकी प्रेमिका बनना बहुत ही खतरे की बात है।

कई विवाहित पुरुष अपनी पत्नी की आर्थिक निर्भरता, अशिक्षा, या अन्धविश्वास का लाभ उठाकर अपने मनोरंजन के लिए इधर-उधर दिलजोई करने में कोई बुराई नहीं समझते और अपने इस कार्य को वे मनोरंजन मात्र कहकर टाल देते हैं। एक तो हमारे रूढ़िवादी समाज की कुछ धारणाएँ भी बेढंगी हैं, पुरुष चाहे दस महिलाओं से सम्बन्ध जोड़ आएँ पर वे सोने का घड़ा ही हैं। माँजे—धोए, साफ-सुथरे और पवित्र। पर स्त्री मिट्टी की कच्ची गगरिया ही समझी जाती है जो कि जरा-सी ठोकर से दरार पड़ जाने पर टूट सकती है।

अब सोचने की बात यह है कि इस बुराई के लिए स्त्रियाँ स्वयं कहाँ तक दोषी हैं? यदि स्त्रियाँ अपनी बहनों के पतियों को चुराने का प्रयत्न न करें, यदि वे दूसरे की सेज पर पाँव न रखें, तो न केवल इस बुराई का ही अन्त हो जाय अपितु अबोध युवतियाँ स्वयं को भी खतरे में पड़ने से बचा लें।

जीवन में नवीनता और परिवर्तन सभी को प्रिय है। छुटपन में बच्चे पुराने खिलौने से ऊब जाते हैं तो नए खिलौनों की ओर उनका मन ललचाता है, पुरानी पोशाक और फैशनों का स्थान नई पोशाकें और फैशन ले लेते हैं। पुरानी घिसी-पिटी मान्यताओं को

छोड़कर प्रगतिवादी जनता नई मान्यताओं को स्वीकार करती है, पुराने रस्मों-रिवाज़ अपनी लोकप्रियता खोते जा रहे हैं। मतलब यह है कि नवीनता और परिवर्तन जीवन में आवश्यक हैं।

पर एक ऐसा क्षेत्र भी है जहाँ 'पुराना सौ दिन, नया नौ दिन' कहावत भी चरितार्थ होती है और इसलिए इस क्षेत्र में नवीनता या परिवर्तन खतरे से खाली नहीं है और यह है प्रेम का क्षेत्र। कबीर ने प्रेम-मार्ग के पथिकों को चेतावनी देते हुए कहा है—

"कबीरा घर है प्रेम का खाला का घर नाहिं,
सीस उतार भूँहि धरे, तब पैठि घरि माहिं।"

हमारे देश में सामाजिक मान्यताएँ बदल रही हैं, महिलाओं को स्वयंवरा होने का अधिकार मिल रहा है, वे कालेज़ों में नवयुवकों के सम्पर्क में आती हैं। आफ़िसों में अधिकारियों और सहयोगियों से परिचय बढ़ाने का उन्हें अवसर मिलता है। महिलाओं को अपना जीवन-साथी चुनने का सुअवसर मिले यह तो अच्छी ही बात है और ऐसा होना भी चाहिए पर खतरा तो उस समय है जबकि किसी महिला की मित्रता किसी विवाहित पुरुष के साथ घनिष्ठता का रूप धारण कर लेती है। आधुनिक प्रगतिशील समाज में ऐसे अनेक दृष्टान्त मिलेंगे, जहाँ किसी विवाहित पुरुष का कामुक मन किसी सहयोगिनी कुमारिका के प्रति आकृष्ट हो गया और प्रेमक्षेत्र के अनुभवी खिलाड़ी होने के कारण वह पूर्ण विश्वास के साथ उस युवती को अपने प्रेम की सच्चाई, गहराई और नेक-नियत का विश्वास दिलाने में भी सफल हो सका।

इस प्रकार के प्रेम सम्बन्ध में महिला ही घाटे में रहती है। क्योंकि यह बात तो मानी हुई है कि पुरुष अपनी प्रेमिका से अपनी पत्नी, बच्चे और पारिवारिक प्रतिष्ठा को बचाकर रखने की यथाशक्ति कोशिश करेगा। कई पुरुषों की तो आदत ही होती है कि वे नए शिकारों की खोज में रहते हैं। उन्हें अपनी पोशाक और फैशन की तरह अपनी प्रेमिकाएँ बदलते संकोच नहीं होता। न ही उन्हें किसी महिला के अरमान और विश्वास के साथ खिलवाड़ करने में दुःख होता है। ऐसे पुरुष की दलील होती है कि 'मैंने पत्नी के स्थान पर प्रेमिका को नहीं बिठाया। पानदान में जैसे चूने और कत्थे की डिबिया अलग-अलग होती हैं उसी तरह ये प्रेमिका भी हृदय के अलग-अलग खाने में बैठी हुई हैं। पत्नी को मैंने घर-बार, बाल-बच्चे, सुरक्षा, अधिकार और अपनी कमाई सभी कुछ दिया पर ज़िन्दादिली के लिए एक प्रेमिका रख ली तो क्या हुआ? इस प्रेमिका को मैंने उपहार दिए, उसका मनोरंजन किया उसको आर्थिक मदद दी, उसको हार्दिक और शारीरिक सुख दिया। अब उसकी पच्चीस-तीस वर्ष की आयु है, क्या वह केवल मेरे ही भरोसे बैठी है? मैरिज मार्केट में वह अभी तक 'अनक्लेम्ड प्रोपर्टी' की तरह है, आखिरकार लावारिस ही तो पड़ी है।'

कितना नग्न और कटु कथन है। मैं अपनी इन भोली-भाली बहनों को चेतावनी देती हूँ कि इन सामाजिक भेड़ियों से वे सावधान रहें और इस ग़लत मार्ग पर पाँव भूलकर भी न

रखें। कई बहनों को अपने परिवार की आर्थिक स्थिति सुधारने के लिए नौकरी करनी पड़ती है। दफ्तरों और सामाजिक क्षेत्र मे पुरुषों के साथ मिलकर काम करना पडता है। ऐसी महिलाएँ घर की चारदीवारी के सुरक्षित जीवन को छोडकर बाहर निकलने को बाध्य होती हैं। नौकरियों में सुरक्षा और सफलता प्राप्त करने के लिए उन्हें अपने पुरुष सहयोगियो की सलाह और सहयोग प्राप्त करना पड़ता है, अपने उच्चाधिकारी को प्रसन्न भी रखना पडता है। कई पुरुष-भेडिए ऐसे होते हैं कि दबाव डालकर अपना शिकार पकड लेते हैं, पर अधिकांश ऐसे भी होते हैं कि अपने सहयोग से प्रभावित कर और अहसान के नीचे लाकर मित्रता का स्वांग रचते हैं और महिला का विश्वास और प्रेम प्राप्त कर, उनकी प्रणय-क्रीडा चलती रहती है।

अनुभवहीन महिला इस प्रेम नाटक को सच्चा समझ अपने इस सम्बन्ध के विषय मे गम्भीर हो जाती है। पुरुष केवल मित्रता और रोमास से ही नही सन्तुष्ट हो पाता। वह विवाहित है, नारी के आकर्षण और दाम्पत्य प्रेम का अनुभवी खिलाडी है। वह अपनी प्रेमिका की अदा, रुख और भावो को भली प्रकार समझता है, उसे रिझा सकता है, प्रशसा से उसे मुग्ध करना जानता है। नारी के शारीरिक वेगो को वह समझता है और मौके पर उसका लाभ उठाने से नही चूकता।

ऐसे मौके पर जहाँ पुरुष की विजय है वहीं से नारी का पतन शुरू होता है। यह बात याद रखने की है कि इव और आदम के बगीचे का यह 'वर्जित फल' जहाँ एक ओर तीव्र आकर्षण रखता है, दूसरी ओर सड़कर, गलकर गन्ध भी दे सकता है। इससे हर सूरत में बचना होगा। आइए, मैं बताऊँ आपको क्या करना होगा—

(1) सबसे पहली बात जो समझने की है वह यह कि अपनी स्थिति की वास्तविकता को समझें। जीवन मे आपकी क्या आशाएँ और आदर्श हैं, उनको किस प्रकार से प्राप्त किया जा सकता है, इसकी सही जानकारी रखें। आपकी सबसे बड़ी जिम्मेदारी स्वयं के प्रति है। अपने को प्रलोभनो और खतरो से बचाएँ।

(2) अपनी योग्यता को तोलें और तदनुसार सफलता पाने की इच्छा करें। परिश्रम करें और जरूरत से अधिक अहसान किसी का मत लें। याद रखें, अहसान के नीचे दबा हुआ इन्सान अत्याचार का मुकाबिला करने का साहस नही रखता।

(3) पुरुषों के प्रति आकर्षण स्वाभाविक है पर मित्रता और घनिष्ठता की सीमा का उल्लघन मत करें।

(4) किसी का पति चुराने की चेष्टा मत करें। सोचें जो पुरुष अपनी पत्नी और बच्चों की उपेक्षा कर सकता है, वह एक प्रेमिका को भी धोखा दे सकता है। प्रेम चरित्रबल की कसौटी पर ही कसा जाता है। कामुक पुरुष शरीर के भूखे होते हैं। यदि कोई पुरुष मित्रता की ओट में अपनी वासना की तृप्ति पाने का सकेत करता है तो उसे आस्तीन मे छिपे सर्प की तरह दूर फेंक दें।

(5) अपने सहयोगी को कभी क़दम बढ़ाने का मौका ही न दें। अपने पालकों की

रजामन्दी के विना कभी एकान्त में, होटलों में, या पिकनिक के लिए किसी पुरुष मित्र के साथ अकेली कभी न जायँ। एकान्त में मिलने के मौके कभी मत आने दें।

(6) अपनी कोई दुर्वलता, पारिवारिक झगड़े, काम की ग़लती, किसी अपमान या किसी के प्रति शत्रुता या किसी अधिकारी का रहस्य ऐसे व्यक्ति को मत वताएँ जोकि आपकी दुर्वलता या असफलता या फायदा उठाकर आपको डरा-धमकाकर कुछ करवा सके।

(7) लक्ष्मण रेखा का कभी उल्लंघन मत करें। यदि वह व्यक्ति आपका हितैषी है तो अपने परिजनों से भी उसका परिचय करवाएँ, आप उसकी पत्नी और वच्चों से भी परिचित हों। जो व्यक्ति परिवार का मित्र होगा वह आपके सम्मान को चोट पहुँचाने का दुस्साहस नहीं कर सकेगा। घर देर में पहुँचने पर अपने पालकों को झूठे वहाने वताकर अपनी इन चालों के विपय में अन्धकार में मत रखें; नहीं तो आपके इस प्रपंचपूर्ण व्यवहार का दुष्ट मित्र नाजायज़ लाभ उठा सकते हैं।

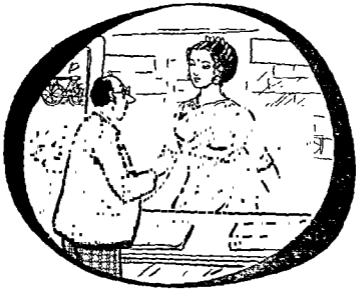
(8) अपने सम्मान, चरित्र की पवित्रता और भविष्य की सुरक्षा का ध्यान रखकर झूठे प्रलोभनों, विनाशपूर्ण रोमांसों से वचें। सोचिए, जिस व्यक्ति को आप पूर्ण रूप से प्राप्त नहीं कर सकतीं उसके लिए अपना सव कुछ समपर्ण कर आप न स्वयं लुटती हैं परन्तु उसकी पत्नी और वच्चों की पारिवारिक सुरक्षा और सुख भी नष्ट करती हैं। किसी विवाहित पुरुष से प्रेम करके आप स्वयं को अपनी और समाज की दृष्टि में गिराती हैं और स्वयं एक सफल गृहिणी तथा आदर्श माता वनने की संभावना को भी कम करती हैं। याद रखें आपकी असन्तुष्ट वासना, अपूर्ण आशाएँ और स्वयं के प्रति ग्लानि आपकी मानसिक शान्ति को नष्ट करे विना नहीं रहेगी।

आर्थिक रूप से आत्मनिर्भरता और स्वतन्त्रता के साथ ही साथ आपकी ज़िम्मेदारियाँ भी वढ़ गई हैं। अतएव उनके प्रति जागरूक रहें। कोई ग़लत क़दम मत उठाएँ, कोई ग़लत चुनाव मत कर वैठें और लक्ष्मण रेखा के भीतर रहकर अपनी पवित्रता और नारीत्व को सुरक्षित रखना न भूलें।

यदि आप विवाहिता हैं, तव तो आपकी ज़िम्मेदारी और भी वढ़ गई है। हो सकता है कि आपका पारिवारिक जीवन कलहपूर्ण हो, आपके पति कठोर और वेपरवाह हों। अपनी ज़िम्मेदारियों को न सोचते हों। इस कारण से आपका मन खिन्न रहता हो। आपकी साध अधूरी रह गई हो। आपको अपने पति में मन का मीत नहीं मिला हो। ऐसी परिस्थिति में भी मेरी आपको यह सलाह है कि दाम्पत्य जीवन में धोखाधड़ी, अपवित्रता और वेवफाई का नाटक नहीं खेला जाना चाहिए। इससे आपके कुल का सुनाम, आपका नारीत्व, आपके परिवार का भविष्य ख़तरे में पड़ता है। सम्भव है कि आपकी पारिवारिक स्थिति सुधर जाय, आपके पति के संग आपके सम्वन्ध मधुर हो जायँ, पर यदि आप घवराकर कुछ ग़लत क़दम उठा लेंगी तो इसकी कालिमा आपके जीवन पर छा जाएगी। इसलिए मर्यादा की लक्ष्मण-रेखा को कभी मत लाँघें। इसी में वँधकर आपका स्त्रीत्व, परिवार की सुरक्षा और आपके प्रेम की सचाई सलामत रह सकती है।

25
स्त्रियाँ और अर्थोत्पादन

परिवार की किश्ती कई बार आर्थिक चट्टान से टकराकर उलट जाती है। नव-विवाहितों के सपने अर्थाभाव के कारण काफूर हो जाते है। गरीबी अरमानो को कुचल-कर धर देती है और परिवार की गाड़ी बच्चो के बोझ और धन की कमी के कारण खीचे नही खिचती। मतलब यह कि विवाह के साथ ही आर्थिक समस्या जुडी हुई है। इसलिए सम्बन्ध करने से पहले कन्या पक्ष वाले अपने होनेवाले दामाद की अर्थोपार्जन क्षमता, उसकी हैसियत, जायदाद, रिश्तेदारी आदि परख लेते है। वर पक्ष वाले भी कन्या का रूप-

रग, गुण आदि के अतिरिक्त कितना दहेज मिलने की सम्भावना है, दुख-सुख में माँ-बाप अपनी लड़की को सहारा दे सकेंगे कि नहीं, आदि सुविधाओं की पड़ताल कर लेते है। माना कि कन्या पक्ष से दहेज मांगना, या लडके की खानदानी जायदाद को परखना दोनों ही बात वर-वधू के गुण और योग्यता के सम्मुख कुछ महत्व नही रखती, परन्तु विवाह की आर्थिक सुरक्षा को बनाए रखने के लिए किसी न किसी रूप में इसका महत्त्व हमेशा से बना ही रहा है।

हाथ बंटाएं—अब जबकि पुराने रिवाज और परम्पराएं टूट रही हैं और घर की

सार-सँभाल, वच्चे पालने आदि में पति भी हाथ वँटाने लगे हैं तो स्त्री पर भी इस वात की जिम्मेदारी आ पड़ी है कि वह धनोपार्जन और वजट को सन्तुलित रखने में पति का हाथ वँटाए। लड़कों को भी यदि दहेज़ के रूप में पढ़ी-लिखी, अर्थोपार्जन करने की योग्यता रखने वाली पत्नी मिल जाय तो दहेज की वही सवसे सुन्दर पूर्ति है। प्रत्येक पढ़ी-लिखी स्त्री को अपने विद्यार्थी-जीवन में ही कुछ ऐसे धन्धे की ट्रेनिंग लेनी चाहिए कि वह अपने अवकाश के समय कुछ धनोपार्जन कर सके।

विवाह के वाद यदि उसका पति किसी वड़े शहर में काम करता है तब तो उसे धनोपार्जन की कई सुविधाएँ सहज ही प्राप्त हो जाएँगी। यदि वह किसी छोटे शहर में है तब भी घर में मशीन रखकर वह सिलाई, बुनाई, कटाई और कढ़ाई कर सकती है। सिलाई का स्कूल खोलने पर भी अच्छी आमदनी होने की संभावना है। घर पर गाय-भैंसें पालकर दूध वेचने का धंधा भी उपयोगी है, मुर्गियाँ पालकर भी काफ़ी आमदनी हो सकती है। मैं कई वहनों को जानती हूँ जिन्होंने दूध-घी वेचकर या लकड़ी-कोयले की टाल खोलकर अपने रोगी पति की देखभाल तथा वच्चों को पाला-पोसा है। आवश्यकता खोज की जननी है। जरूरतमंद व्यक्ति सभी संभावित स्रोतों को टटोलता है। गर्ज इन्सान को सभी कुछ सिखा देती है। इसकी अपेक्षा कि ग़रीवी में तकलीफें सहते हुए रो-रोकर दिन काटे जायँ, यह लाख दर्जे प्रशंसनीय है कि महिलाएँ अपने पति के कन्धे से कन्धा मिलाकर धनोपार्जन में सहयोग दें। यदि पति की दूकान है तो आप उसी में काम सँभाल लें। दिल्ली और वम्वई में तो पढ़ी-लिखी महिलाओं ने 'वीमेन्स कार्नर' या 'चिल्ड्रन्स शॉप' के नाम से दूकानें खोल रखी हैं। यहाँ पर महिलोपयोगी और वच्चों के काम की चीज़ें विकती हैं। गर्ल्स स्कूल और कालेजों से पुस्तकों और स्टेशनरी के आर्डर भी वे ले आती हैं और इस प्रकार वे महीने में दो सौ रुपए आसानी से कमा लेती हैं।

ऐतिहासिक नगरों में पढ़ी-लिखी महिलाएँ टूरिस्ट विभाग में भी काम प्राप्त कर सकती हैं। पुस्तक विक्रेताओं से कमीशन लेकर गर्ल्स स्कूलों और कालेजों में भी पुस्तकें सप्लाई करने से अच्छी-खासी आमदनी हो सकती है।

जव पत्नी पति के साथ कमाने में भी हाथ वँटाएगी तो उसकी परिवार में उपयोगिता वढ़ जाएगी, वह सच्चे अर्थ में सहचरी प्रमाणित हो सकेगी। जव महिलाओं को कमाने में परिश्रम करना पड़ेगा तो उन्हें वेरहमी से कमाई खर्चते दर्द भी होगा। एक कमाऊ बीवी आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर होती है। पति की नज़रों में उसकी कद्र वढ़ जाती है। जव पति-पत्नी दोनों मिलकर गृहस्थी के साधन जुटाते हैं, वच्चों के पालन-पोषण की ज़िम्मेदारी सँभालते हैं तो उनके अनुभव, दुख-सुख की अनुभूतियाँ, प्रेरणा और चिन्ता के विषय एक हो जाते हैं। वे पूर्ण रूप से समभागी वन जाते हैं। इसमें कोई सन्देह नहीं कि सच्चे जीवन-साथी वनने के लिए प्रत्येक क्षेत्र में भागीदार होना वहुत जरूरी है।

रहन-सहन के तरीकों में सुधार—एक सुगृहिणी घर की अच्छी व्यवस्था करके भी पति की कमाई को सार्थक कर सकती है। आम घरों में काफ़ी फिजूलखर्ची और चीजों की

बरबादी होती है। स्त्रियाँ नौकरों पर घर छोड़ देती हैं। वे ईंधन, भाजी-तरकारी, आटा-दाल आदि में कुछ बचत नहीं करते। चीज बिगाड़ते और फेंकते हैं। रसद सहेज कर नहीं रखते। फिर इस महँगी के जमाने में जब कि गेहूँ पच्चीस रुपए मन, दूध चौदह आने सेर और घी नौ रुपए सेर तक बिक रहा है, नौकर रखने का मतलब—सौ रुपए अतिरिक्त खर्च बढ़ाना है। यदि स्त्री घर का काम-धन्धा खुद सँभालती है तो इस प्रकार वह सौ रुपए की बचत आसानी से कर सकती है। पर जरूरत इस बात की है कि वह गृह-व्यवस्था इस प्रकार करे कि उसे बाल-बच्चों की देख-भाल करने, शाम का समय पति के साथ गुजारने तथा कुछ पढ़ाई-लिखाई और मनोरंजन के लिए भी समय मिल जाय। आज के अणु-युग में जब कि घर-गृहस्थी सँभालने के लिए आधुनिकतम साधन उपलब्ध है, और स्थानाभाव के कारण परिवारों के यूनिट छोटे-छोटे बन गए हैं, गृहिणी का काम बहुत हल्का हो गया है। स्त्रियों को अपनी दिनचर्या और रहन-सहन को सुधारना पड़ेगा। अन्यथा समय और अर्थाभाव के कारण वे सुगृहिणी की कसौटी पर कभी खरी नही उतर सकेंगी।

आड़े-भिड़े बोझा सँभाल लें—जीविकोपार्जन का संघर्ष दिन पर दिन बढ रहा है। पति अपने भविष्य निर्माण के लिए तभी लम्बी छलांग लगाने की हिम्मत कर सकता है यदि पत्नी उसे हिम्मत बँधाए। जब वह यह देखता है कि मेरी आगे की तरक्की तभी हो सकती है यदि मैं छुट्टी लेकर, चाहे वह बिना वेतन के ही मिले, अपनी अधूरी पढ़ाई को पूरी कर लूं। पर उसके आगे परिवार के भरण-पोषण की समस्या है। अब यदि ऐसे मौके पर पत्नी आर्थिक बोझ को सँभाल ले तो पति अपनी किस्मत आजमा सकता है। कभी-कभी ऐसा भी होता कि है एक डाक्टर, इंजीनियर या वकील नौकरी छोडकर अपनी प्राइवेट प्रेक्टिस करने में अधिक कमाने की उम्मीद रखता है। पर प्रेक्टिस जमाने में कुछ समय लगता है, धीरज के साथ इन्तजार करनी पड़ती है। यह तभी सम्भव है जब कि पत्नी भी कमाऊ हो। यदि पत्नी प्राइवेट सेक्रेटरी का काम सँभाल ले तब भी पति को बहुत मदद मिल जाती है। इसमे पत्नी को भी बहुत लाभ है। एक तो उसे पति के साथ अधिक समय बिताने का मौका मिल जाएगा, दूसरे, दोनों जने सच्चे अर्थ में एक-दूसरे के मित्र, विश्वासपात्र और सहायक हो सकेंगे।

देखने मे आया है कि वे वकील, डाक्टर, इंजीनियर, चित्रकार, लेखक आदि जिन्होंने प्राइवेट प्रेक्टिस करके स्वतंत्र धन्धा अपना लिया है, नौकरी-पेशा लोगों से लाख दर्जे अच्छे रहे हैं। पर यह सब वे अपनी पत्नी के सहयोग से ही कर सकते हैं। पुरुष के लिए मनचाहा धंधा एक होबीज की तरह सुखदायक और मनोरंजक साबित होता है। लाचारी मे पेट पालने के लिए यदि कोई काम करना पड़े तो उसमें कुछ मजा नहीं। उसके प्रति पुरुष न्याय नही कर सकता। उसका मन काम मे नहीं लगता। फिर नापसन्द काम में जुतने से इन्सान थक भी जल्दी जाता है। उसका मनोवैज्ञानिक प्रभाव सेहत और मन दोनो पर ही खराब पड़ता है। ऐसी परिस्थिति में समझदार पत्नी का यह फर्ज है कि

[illegible] के अनुरूप कोई और नए [illegible] और उनमें यदि प्रारम्भ में कुछ असीमित [illegible] परिवार को आर्थिक संकट [illegible]

[illegible]—[illegible] बच्चों के बाल्यावस्था में बहुत सहायक [illegible] का महत्त्व सभी समझने लगे हैं। [illegible] आता है। जब बच्चे बड़े हो जाते हैं, उस समय स्त्री को काफी अवकाश मिल जाता है। पति भी अपने काम में डूबा रहता है। ऐसी सूरत में स्त्री को अकेलापन सताता है। यदि वह अवकाश के समय कोई पार्ट-टाइम काम या कुछ उपयोगी धन्धा करना लेती है तो उसका बाहरी दुनिया से सम्पर्क बढ़ जाता है और अपनी योग्यता, शक्ति आदि का प्रदर्शन करके उसे एक प्रकार की आत्मसन्तुष्टि प्राप्त होती है। अपनी शिक्षा और प्रयत्नों को धन के रूप में साकार होते देख उसे यह सन्तोष होता है कि मैं भी उपयोगी जीवन बिता रही हूँ। मैं किसी की मोहताज नहीं। लेने-देने के लिए मुझे अपने पति को परेशान करने की जरूरत नहीं। कभी ऐसा भी होता है कि पति की आमदनी कम है अतएव वह बच्चों को अच्छे स्कूलों में पढ़ाने का खर्च नहीं सँभाल पाता। ऐसी सूरत में पत्नी की अतिरिक्त आमदनी बड़े काम आती है। परिवार में माँ का महत्त्व बढ़ जाता है कि न केवल बच्चों के पालन-पोषण में ही अपितु शिक्षण में भी माँ ने महत्त्वपूर्ण सहयोग दिया।

ज़माने के साथ ही साथ सामाजिक मान्यता भी बदल रही है। ऐसे भी दृष्टान्त सामने आए हैं जहाँ युवक-युवती ने अपना जीवन-साथी विद्यार्थी-जीवन में खुद ही चुन लिया। विभिन्न धर्म और सामाजिक परिस्थिति के होने के कारण विवाह के लिए माता-पिता का अनुमोदन और सहयोग नहीं मिल सका। ऐसी सूरत में वे दोनों मिलकर अपने भविष्य की योजना बना लेते हैं। दोनों ही धनोपार्जन करते हैं और घर, परिवार, खर्च आदि का बजट और योजना काफ़ी सोच-विचारकर बनाने के बाद, अपना बैंक बैलेन्स दृढ़ करने की चेष्टा करते हैं। इस तरह की लम्बी योजना बनाने के पश्चात् ही वे विवाह करना उचित समझते हैं। कभी-कभी आमदनी से खर्च अधिक बढ़ जाने के कारण बजट का सन्तुलन बिगड़ जाता है। ऐसी सूरत में पत्नी को अतिरिक्त आमदनी बढ़ाने के लिए या तो कोई ट्यूशन का काम कर लेना चाहिए, यदि टाइपिंग का काम आता है तो घर पर ही बैठकर टाइपिंग द्वारा वह सौ रुपया महीना आसानी से कमा सकती है। शाम को सेल्स गर्ल का काम करना भी काफ़ी सुविधाजनक होगा। यदि वह लेखिका है तो उस हुनर के द्वारा भी अच्छा धनोपार्जन कर सकती है।

आ[illegible]—बड़े शहरों में पेयिंग गेस्ट रखने का रिवाज है। केवल दिन में दो बार [illegible] रखकर भेज देने की शर्त पर भी ग्राहक मिल जाते हैं। अगर आपके [illegible] कोई कमरा फालतू हो तो उसको किराये पर उठा देने से भी लाभ

हो सकता है। कई धनिक वृद्ध स्त्रियों के लिए दिन में कुछ घंटे किसी कम्पेनियन की भी जरूरत होती है जो कि उन्हें कुछ धर्मग्रन्थ या अखबार अथवा कहानी पढ़कर सुनाएँ। यह काम ले लेना प्रौढ़ महिलाओं के लिए बड़ा उपयुक्त है। आजकल शादी-ब्याह आदि उत्सवों पर शृंगार और सजावट का काम भी मिल जाता है। ऐसे कामों के लिए डेकोरेशन आर्टिस्ट को कुछ शिक्षा लेकर और कुछ अपने अध्ययन और सुरुचि को विकसित कर पढ़ी-लिखी महिलाएँ अच्छा धनोपार्जन कर सकती हैं।

वृद्धावस्था में खर्च बढ़ जाते हैं क्योंकि उस समय रोग, बीमारी, आराम और अच्छे भोजन पर अधिक खर्च करने की जरूरत आ पड़ती है। पहले जमाने की तरह आजकल सम्मिलित कुटुम्ब प्रणाली तो रही नहीं। अपनी कमाई में बच्चों की गुजर ही नहीं हो पाती, फिर भला माँ-बाप का बोझा उठाना उन्हें कहाँ प्रिय है? ऐसी सूरत में अपने बुढ़ापे के लिए भी कुछ प्रबन्ध करना उचित है। भाग्य के भरोसे छोड़कर बैठना तो मूर्खता होगी। अतएव फंड और इन्श्योरेन्स की भी व्यवस्था पहले से ही करनी उचित होगी। अगर स्त्री धनोपार्जन करके यह जिम्मेदारी खुद संभाल ले तो पति की बहुत बड़ी समस्या हल हो जाती है। यदि पति-पत्नी दोनों ही कमाते हैं तो उनके रहन-सहन का स्तर ऊँचा उठ सकता है, और बच्चों की शिक्षा की भी सुव्यवस्था हो सकती है।

यह सब देखते हुए अब स्त्रियों के लिए यह बहुत जरूरी हो गया है कि वे धनोपार्जन की क्षमता प्राप्त करें, तभी उनका पारिवारिक और सामाजिक जीवन सुखी और सुरक्षित हो सकता है। हो सकता है इस मामले में कई पुरुष असहयोग दिखाएँ। इसलिए पत्नी को चाहिए कि पति को यह विश्वास दिला दे कि उसकी नौकरी करने से परिवार को लाभ ही है। घर-गृहस्थी का प्रवन्ध इस ढंग से किया जाय कि स्त्री को नौकरी करने का पश्चाताप न हो। आमदनी बढ़ जाने से एक पार्ट-टाइम नौकर भी रखा जा सकता है। यदि स्त्री-पुरुष को इस बात को जताने की भूल नहीं करती कि मेरी कमाई पर केवल मेरा अधिकार है तब पति उसे गृह व्यवस्था में भी सहयोग देगा। अधिकांश पुरुषों को यह अन्देशा बना रहता है कि स्त्री अगर कमाने लग गई तो वह नियन्त्रण से बाहर हो जाएगी। नारी की अर्थ पराधीनता में उसे अपनी प्रधानता बनाए रखना सरल लगता है। ऐसा करता हुआ वह एक कमजोर जीवनसाथी के साथ निर्वाह करने को मजबूर होता है। आर्थिक संकट आने पर ऐसा कमजोर साथी एक भार बन जाता है।

नारी की सबसे बड़ी लाचारी—नारी की सबसे बड़ी लाचारी उसकी आर्थिक परनिर्भरता है। लाचारी में किसी के अधीन रहना या नितान्त रूप से निर्भर रहना न केवल पुरुष के लिए परन्तु स्त्री के लिए भी सम्मानजनक नहीं है। स्त्री-पुरुष एक-दूसरे के सच्चे मित्र और पूरक तभी हो सकते हैं जब कि दोनों को लाचारी या दबाव के कारण कर्त्तव्य न करना पड़े, पर स्वेच्छा से दोनों अपने-अपने ध्येय में सम्मानजनक ढंग से फर्ज अदा करते हुए गृहस्थी की उन्नति करें। नारी की लाचारी, असमानता, दुर्बलता और परनिर्भरता पुरुष को दुर्बल बना देती है। वह तेजी के साथ आगे

नहीं बढ़ पाता। एक बोझा उसे पीछे को खींचता-सा रहता है। जहाँ तक परिवार की आर्थिक ज़िम्मेदारियाँ हैं, पुरुष को वे अकेले ही ढोनी पड़ती हैं पर नारी को अपनी इस निर्भरता का मूल्य भी चुकाना पड़ता है। वह खामोश होकर पुरुष का अत्याचार सहती है। छाती पर पति ,सौत लाकर बिठा देता है, पत्नी कुछ नहीं कर सकती। पति का घर छोड़कर जाय भी तो कहाँ? पीहर में कितने दिन गुज़र हो सकती है? जब तक माँ-बाप जीते हैं और उनके पास पैसे हैं, लड़की का गुज़ारा हो जाता है। परन्तु सारी उम्र तो माँ-बाप नहीं बैठे रहते; मुकदमा करके पति से खर्चा लेना सहज नहीं है। फिर हर महीने खर्चा वसूल करना भी तो कोई खेल नहीं है; अब जबकि विशेष विवाह विधेयक तथा तलाक क़ानून बन रहे हैं, नारी की अर्थपराधीनता का दुष्परिणाम और भी नग्नता के साथ सामने आयेगा। स्त्री को उससे लाभ के बदले हानि ही होगी। पुरुष कमाता है; उसके पास जब तक धन और बाल है अपना घर चलाने में उसे कोई कठिनाई नहीं होगी। किसी की परित्यक्ता पत्नी, यदि उसके बाल-बच्चे भी हैं, तब तो उसका परिवार फिर से बसना कठिन ही नहीं, एक तरह से असम्भव ही है। कुँआरी कन्याओं की ही शादी होनी कठिन हो रही है। जब कि इतना दहेज भी दिया जाता है तब भी कमाऊ वरों के सौ नखरे होते हैं। फिर परित्यक्ता पत्नी वैसे ही 'सैकण्ड हैंड' कहलाएगी—उस पर उसके पीछे यदि बच्चे हुए तो उसे भला कहाँ आश्रय मिल सकता है?

नारी अर्थोपार्जन की योग्यता प्राप्त करे—ऐसी सूरत में अब नारियों को अर्थ-स्वातन्त्र्य प्राप्त करने की भरसक चेष्टा करनी चाहिए। इसके लिए नीचे लिखी बातों का ध्यान रखना पड़ेगा—(1) कन्याओं को उनकी रुचि और योग्यता के अनुसार ऐसी शिक्षा दी जाय कि वे मौका आने पर कुछ अर्थोपार्जन कर सकें। यह जरूरी नहीं है कि हरेक स्त्री बी० ए०, एम० ए० ही पास करे या डाक्टर और प्रिंसीपल या टीचर ही बने। इन क्षेत्रों में तो स्त्रियाँ काफ़ी छा गई हैं। फिर इतनी उच्च शिक्षा प्राप्त करना हरेक के बूते का काम भी नहीं है।

बिना किसी उद्देश्य के केवल बी० ए० या एम० ए० पास कर लेना कुछ मतलब नहीं रखता। अध्यापन क्षेत्र में तो उन्हीं कन्याओं को जाना चाहिए जो प्रथम श्रेणी में पास हुई हों, अन्यथा हायर सेकण्डरी करके नर्स, प्रेस रिपोर्टर, टाइपिस्ट, स्टेनो, सेल्स वुमेन, नृत्य-संगीत शिक्षिका; सिलाई, कटाई, बुनाई, पाकविद्या की शिक्षिका, लाउण्ड्री या धुलाई-रंगाई का काम, डेरी फार्म का धन्धा, रेडियो आर्टिस्ट, फोटोग्राफर रिसेप्शनिस्ट, एयर होस्टेस आदि की ट्रेनिंग यदि कन्याएँ ले लें तो ज्यादा अच्छा है। विवाह से पहले भी गृहोद्योग द्वारा धनोपार्जन करके अनेक कन्याएँ अपने ग़रीब माँ-बाप को सहारा दे सकती हैं या अपने दहेज के लिए धन जोड़ सकती हैं। अपने अवकाश के समय कुछ पैसा पैदा कर सकती हैं। यहाँ पर कुछ अन्य धन्धों का उल्लेख करती हूँ जिनकी ट्रेनिंग पाकर स्त्रियाँ धन कमा सकती हैं—(1) होटल का काम—होटल में मैनेरेज से लेकर परिचारिका

(वेटरस) तक के भिन्न-भिन्न काम हैं जो कि स्त्रियाँ बहुत सुघराई से सँभाल सकती हैं, (2) कलाकार—गाना, बजाना, चित्रकारी, अभिनव सजावट का काम करना, विवाह शादी, उत्सवों में प्रबन्ध करने का काम, (3) दर्जी का काम—कटाई और सिलाई का काम, मशीन पर मौजे, बनियान और दस्ताने आदि बुनना; (4) नर्स, टीचर, आया,

भोजन पकाने का काम; (5) टेलीफोन गर्ल, स्टेनो, प्रेस रिपोर्टर, टिकट चेकर, कंडक्टर टैक्सी ड्राइवर, टाइपिस्ट, सेल्स गर्ल, रिसेप्शनिस्ट, लेखिका, सम्पादिका, इंश्योरेन्स एजेन्ट आदि; (6) स्त्रियाँ ऐसे काम भी आसानी से कर सकती हैं कि अपने अवकाश के समय घरों में काम आने वाली चीजें यथा प्रसाधन की चीजें, कपड़े, रसद, सजावट की चीजें, पुस्तकें आदि के आर्डर इकट्ठे करके दूकानदारों को दें और इस में उन्हें काफ़ी कमीशन भी प्राप्त हो सकती है।

स्त्री के लिए जीविकोपार्जन करना सम्मान की बात है—बहुत-से लोगों का ख्याल है कि इस प्रकार का काम करने से स्त्रियों के स्त्रीत्व पर आँच आएगी। यह धारणा अब दिनों-दिन कम हो रही है। जो स्त्रियाँ पैसे-पैसे के लिए लड़ती-झगड़ती हैं, घर की चीजें चोरी-चोरी बेचती हैं, झूठा हिसाब बनाकर पति को ठगती हैं, ताश और जुआ खेलकर पैसा गँवाना बुरा नहीं समझती, घर में आए-गए की

परिवार के ही काम आएगी। पति के बीमार या बेरोजगार होने पर यह रकम वरदान साबित होगी। इसका मनोवैज्ञानिक प्रभाव भी बहुत अच्छा होगा। आमतौर पर जिन स्त्रियों के पति मित्रवत् व्यवहार नहीं करते या परिवार में जिनका आदर नहीं होता, वे नारियां अपने गृह-प्रबन्ध और पति की ओर से उदास रहने लगती हैं। उन्हें गृहस्थी में कुछ विशेष दिलचस्पी नहीं रहती। उनकी यह धारणा बन जाती है कि मुझे अपने पति की कमाई से क्या जितनी सेवा मैं यहां करती हूँ उतनी किसी पराए की करूं तो खाने-पहननेभर को तो वहां भी मुझे मिल जाएगा। उसके जीवन में अपनापन, विश्वास, सम्मान और अर्थाभाव के कारण एक ऐसी कटुता भर जाती है कि गृहस्थी से उसका मन उचटा-उचटा रहता है। इससे गृहस्वामी को आर्थिक लाभ और पारिवारिक आनन्द दोनों बातों का घाटा रहता है। स्त्रियों की प्रसन्नता में ही गृहस्थी की कुशल है। तभी महानुभावों ने कहा है कि नारी की पूजा होनी चाहिए। उसे धन, आभूषण और उपहारों से प्रसन्न रखना चाहिए। क्योंकि जहां नारी प्रसन्न रहती है वहीं लक्ष्मी बसती है।

परिवार के ही काम आएगी। पति के बीमार या बेरोजगार होने पर यह रकम वरदान साबित होगी। इसका मनोवैज्ञानिक प्रभाव भी बहुत अच्छा होगा। आमतौर पर जिन स्त्रियों के पति मित्रवत् व्यवहार नहीं करते या परिवार में जिनका आदर नहीं होता, वे नारियाँ अपने गृह-प्रबन्ध और पति की ओर से उदास रहने लगती हैं। उन्हें गृहस्थी में कुछ विशेष दिलचस्पी नहीं रहती। उनकी यह धारणा बन जाती है कि मुझे अपने पति की कमाई से क्या जितनी सेवा मैं यहाँ करती हूँ उतनी किसी पराए की करूँ तो खाने-पहननेभर को तो वहाँ भी मुझे मिल जाएगा। उसके जीवन में अपनापन, विश्वास, सम्मान और अर्थाभाव के कारण एक ऐसी कटुता भर जाती है कि गृहस्थी से उसका मन उचटा-उचटा रहता है। इससे गृहस्वामी को आर्थिक लाभ और पारिवारिक आनन्द दोनों बातों का घाटा रहता है। स्त्रियों की प्रसन्नता में ही गृहस्थी की कुशल है। तभी महानुभावों ने कहा है कि नारी की पूजा होनी चाहिए। उसे धन, आभूषण और उपहारों से प्रसन्न रखना चाहिए। क्योंकि जहाँ नारी प्रसन्न रहती है वहीं लक्ष्मी बसती है।

26

ये वहके-वहके क़दम

इस युग में भी लोगों की यह धारणा है कि वैवाहिक जीवन में सुरक्षा और वफ़ादारी की जो सम्भावना भारतवर्ष में देखने में आती है वह दूसरी जगह नहीं है। यही कारण है कि यहाँ के पारिवारिक जीवन में सुख और सन्तोष है। वैवाहिक जीवन की असफलताओं के जितने आँकड़े मैंने इकट्ठे किए हैं, उनमें से अधिकांश के मूल में चरित्र-

हीनता की ही शिकायत थी। अब देखने की बात यह है कि यह चरित्रहीनता क्यों आ जाती है ? इसका पहला कारण है बेमेल विवाह। रूप-रंग, गुण, आयु, परिवार या रुचि में बहुत अधिक अन्तर होने के कारण जीवन-साथी के हृदय में असन्तोष छा जाता है। इसीलिए विवाह के समय लड़के-लड़की की परस्पर रजामंदी होना ज़रूरी है।

यदि पति-पत्नी के दिल में परस्पर एक-दूसरे के लिए इज़्ज़त और प्रेम नहीं है तो वैवाहिक जीवन कभी सफल नहीं हो सकता। श्रद्धा और प्रेम ही ऐसे कोमल तत्त्व हैं जो चरित्र को दृढ़ रखते हैं। ग़रीबी, दुख, मुसीबतें सब सह ली जाती हैं यदि पति-पत्नी एक-

दूसरे के प्रति वफ़ादार हैं। विवाह एक पवित्र बन्धन है। उसे उच्च आदर्श और सहिष्णुता से बल मिलता है। तुनकमिजाजी, तलाक की धमकी या थोड़े दिनों का कान्ट्रेक्ट है ऐसा दृष्टिकोण दाम्पत्य जीवन के सुख को नष्ट कर देता है। यदि पत्नी यह सोचे कि जब तक मैं युवती हूँ मेरे लिए दूसरे पुरुष भी संसार में हैं और पति यह सोचे कि जब तक मेरे पास धन और बल है मैं अनेक सुन्दरियाँ प्राप्त कर सकता हूँ, तो उनके लिए विवाह की पवित्रता कुछ अर्थ ही नहीं रखती। सच्चरित्रता कोई ऐसी चीज़ नहीं है जो डाँट-डपट कर रखवाई जा सके। यह तो प्रेम और सच्चाई का सौदा है।

मनुष्य मनोरंजन-प्रिय है। केवल पति-पत्नी ही जीवन को पूर्ण नहीं बनाते; पारिवारिक जीवन में भाई-भौजाई, ननद-देवर, साली-सलहज, मित्र सभी का स्थान है। ये सभी मिलकर पारिवारिक जीवन को पूर्ण बनाते हैं, इसलिए इन सबसे भी प्रेम किया ही जाता है। निर्मल हास-परिहास चलता ही है। इससे मन स्वस्थ रहता है। ज़रूरत इस बात की है कि पति-पत्नी एक-दूसरे को समझें, एक-दूसरे का विश्वास प्राप्त करें। थोड़ी-बहुत आज़ादी हरेक को होनी चाहिए। ईर्ष्या या असहिष्णुता प्रेम में विष घोल देती है। यदि कोई पति अपनी पत्नी पर बेबात के शक करता है तो वह उसकी नासमझी है। इसी प्रकार यदि पति किसी अन्य स्त्री के रूप-गुण या स्वभाव की प्रशंसा करता है तो इसमें पत्नी को बुरा नहीं मानना चाहिए। सामाजिक जीवन को सफल बनाने के लिए मित्रता-पूर्ण वातावरण में हास-परिहास एक सीमा तक बुरा नहीं है। विशेष करके जब कि इसमें कुछ छिपाव या दुराव नहीं है। जहाँ पाप होता है वहीं छिपाव रखा जाता है। कई पुरुष बड़े हँसोड़ और परिहासप्रिय होते हैं। वैसे उनका मन साफ़ होता है। किसी का प्रेम लकाजे करने या चौकसी करने से नहीं मिलता। इसलिए यह बहुत ज़रूरी है कि पति-पत्नी अपने जोड़े के प्रति अपने स्वभाव और गुणों का आकर्षण बनाए रखें।

स्त्री का पारिवारिक सुख, सामाजिक सम्मान और दाम्पत्य जीवन की सुरक्षा पति के प्रेम पर निर्भर है। यदि पति विमुख हो जाय तो उसके सोने का संसार उजड़ जाता है। यदि पत्नी पति को छोड़कर चली जाय या वह उससे उदासीन रहे तो पति को अपना परिवार बसाने या मनोरंजन के साधन जुटाने में अधिक कठिनाई नहीं होती परन्तु पत्नी तो मोहताज हो जाती है। उसके जीवन का कैरियर ही गृहस्थी है। इसलिए पत्नी के लिए यह समझना बहुत ज़रूरी है कि वह दुश्चरित्रता की चट्टान से टकराने से अपने पति को कैसे बचावे। पति के विमुख होने के कुछ कारण बताती हूँ—

स्त्री की ज़िम्मेदारी अधिक है—यदि पत्नी सेज की सच्ची साथिन नहीं बन पाती, अपने प्रति पति को आकर्षक करने में असफल रहती है तो पुरुष का चंचल मन उड़ने लगता है। स्त्री और पुरुष की स्थिति में कुछ बुनियादी बातों का अन्तर है। न केवल हमारे देश में अपितु पाश्चात्य देशों में भी स्त्री यदि चरित्रहीन होती है तो पति और सन्तान, परिजन और समाज के लिए बड़ी लज्जा की बात समझी जाती है। मनुष्य जाति की वंश-परम्परा की खूबियों और पारिवारिक जीवन की सुरक्षा के लिए यह

परमावश्यक है कि स्त्री वंश की शुद्धता बनाए रखे। वह सच्चरित्रा हो।

इस मामले में पुरुष को कुछ अधिक छूट मिली हुई है। इसका एक कारण तो यह हो सकता है कि पुराने ज़माने में हरेक दल अपनी संख्या बढ़ाने की चेष्टा करता था इसीलिए बहुपत्नी प्रथा प्रचलित हुई। दूसरा कारण यह था 'जिसकी लाठी उसकी भैंस' की नीति समाज में चलती थी। तीसरी बात है पुरुष में तीव्र कामवृत्ति और मन पर अनुशासन न रख पाने की दुर्बलता। स्त्री बच्चों को जन्म देती है, इस कारण उसके लिए संभोग क्रिया के परिणामस्वरूप माँ का कर्त्तव्य भी जुड़ा है। ऐसी सूरत में यदि स्त्री ऐसा सोचे कि यदि मेरा पति मेरी उपेक्षा करता है तो मैं भी ऐसा करूँ तो वह ग़लती करती है। इससे उसका पारिवारिक जीवन नष्ट-भ्रष्ट हो जाता है। पुरुष यदि परस्त्री-गमन करता है तो शारीरिक या सामाजिक रूप से उसका बुरा परिणाम उस मात्रा में उसे नहीं भुगतना पड़ता जितना कि स्त्री के भूल करने पर। अतएव स्त्री को ही पुरुष को भी सँभालना है। इससे उसकी ज़िम्मेदारी अधिक बढ़ जाती है। स्त्री इसीलिए पुरुष से श्रेष्ठ समझी गई है। यदि आपके पति का लगाव या झुकाव किसी परस्त्री के प्रति है तो पहले अपनी व्यावहारिक और शारीरिक कमियों को दूर करें और निम्नलिखित ढंग से उन्हें रास्ते पर लाएँ।

क्या सावधानी बरतें—1. पुरुष आमतौर पर रूप-रस के भौंरे होते हैं। वे सौन्दर्य, कोमलता, मधुरता, रसिकता, सेवा, प्रशंसा के प्रति सहज आकृष्ट हो जाते हैं। प्रत्येक नारी को भगवान् ने एक कुदरती आकर्षण दिया है। सजना-संवरना उनका जन्मसिद्ध अधिकार है। आप चाहे सुन्दर न हों, तब भी सुघड़-सुडौल और आकर्षक तो बन सकती हैं। इस मामले में अपने व्यक्तित्व का अध्ययन करें, उसे सुधारें। सौन्दर्य और यौवन स्त्री की सबसे अमूल्य सम्पत्ति है। इसे किस प्रकार क़ायम रखा जाय इस विषय में मैंने आगे बताया है। आप अपनी किसी सुघड़ सहेली से भी इस विषय में सलाह लें। अपनी काया को सुडौल और स्वच्छ बनाएँ। रुचिपूर्ण ढंग से बनाव-शृंगार करें। अपनी वेशभूषा आकर्षक, साफ-सुथरी और अपने स्तर के अनुकूल रखें। इस मामले में अपने पति की रुचि का पूरा ध्यान रखें।

2. आपकी बातचीत, हाव-भाव जिन्हें अंग्रेज़ी में 'मैनर्स' कहते हैं, शिष्ट होने ज़रूरी हैं। क्योंकि स्त्री का सौन्दर्य न केवल काया के माध्यम से ही प्रकट होता है परन्तु उसके सम्पूर्ण व्यक्तित्व को लेकर उभरता है। सुन्दर से सुन्दर और पढ़ी-लिखी स्त्रियाँ भी भौंडी दिखने लगती हैं यदि वे स्त्रियोचित शिष्टाचार का उल्लंघन करती हैं।

3. आप इस बात की भी चौकसी रखें कि कहीं आप अपने गृहिणी-कर्त्तव्य में ढिलाई तो नहीं डाले हुए। पति जो कमाकर लाता है उसे एक समझदार गृहिणी ही सार्थक कर सकती है। आर्थिक चिन्ता, घर की अव्यवस्था, सामाजिक जीवन में असफलता—इन सबका उत्तरदायित्व पत्नी पर आता है। पत्नी की इस मामले में अयोग्यता भी पति को उससे विमुख कर देती है।

4. आप माँ हैं। अपने बच्चों के चरित्र निर्माण में आपका बहुत हाथ है। यदि बच्चे गन्दे हैं, मनस्वापूर्ण हैं, किन्तु और परेशानी का कारण हैं तो पति के लिए घर अशान्ति का कारण बन जाएगा। वह आपको उसके लिए चेतावनी देगा। निराश होकर फिर किसी दूसरी स्त्री से अपनी परेशानी कहेगा। इस प्रकार पारिवारिक झगड़े दूसरे के कानों में पहुँचेंगे। और यदि सुननेवालों में कोई स्त्री-मित्र हुई तो उसकी सहानुभूति आपके पति को आकृष्ट कर लेगी। पति की बेवफाई अचानक शुरू नहीं हो जाती। उसकी पहली स्टेज होती है पत्नी से मन ऊब जाना। उपरोक्त कारण जो मैंने बताए हैं उनसे किसी भी पुरुष का मन पत्नी से विमुख हो सकता है। पत्नी यदि अपनी गलती न समझ पति से खिंची-खिंची, रूखी और प्रेम-प्रदर्शन में शीतल रहती है तो प्रेम रज्जु में काट शुरू हो जाती है और ऐसे नाज़ुक समय में यदि किसी दूसरी स्त्री पर मन रीझ जाय तो कोई ताज्जुब नहीं।

5. अगर बात अधिक बढ़ गई है तो आप परिस्थिति को पूरी तरह समझ लें। निर्मूल सन्देह भी प्रेम में विष घोलता है। हो सकता है कि केवल साधारण मिलना-जुलना ही हो। अधिक घनिष्ठ सम्बन्ध न हुए हों। पहले तो आप अपने में जो कमियाँ हैं उन्हें दूर करें। अपने पति की रुचि को समझें। जो वह चाहते हैं तदनुसार करें। जिन स्त्रियों की वे प्रशंसा करते हैं, उनसे ईर्ष्या न करके उनके गुणों और खूबियों को अपनाएँ। हो सकता है वे स्त्रियाँ आपके परिचितों की पत्नियाँ, रिश्ते में आपके पति की भाभी, साली या सलहज ही हों। आप इन स्त्रियों के संग प्रेमभाव रखें। उनका सहयोग पाकर आप अपने पति को फिर से रिझाने में सफल हो सकेंगी।

6. कभी-कभी ऐसा भी होता है कि इन्हीं रिश्तेदारों में से किसी स्त्री पर, जो कि अपने पति से सताई गई हो, या जिसे आपके पति की मदद चाहिए, या जो आपके पति की प्रशंसक हो, आपके पति अनुरक्त हों। इस मामले में वह स्त्री निर्दोष भी हो सकती है। हो सकता है उसकी भावना आपके पति के प्रति पवित्र हो, केवल समरुचि या दृष्टिकोण के कारण अथवा दोनों की एक-सी समस्या होने के कारण कुछ घनिष्ठता हो गई हो। ऐसी सूरत में आपको बहुत सावधानी बरतनी चाहिए। अपने सन्देह को प्रकट मत होने दें। उस स्त्री के रुख को समझकर ही कुछ करना ठीक होगा। एक बहन ने मुझे बताया कि उसका पति जब इलाहाबाद में वकालत करता था तो किसी रईस की विधवा उसके पति के पास सलाह-मशविरे के लिए आती थी। इस कारण से वकील साहब को उनके परिवार की काफी बातें पता चलीं। घनिष्ठता बढ़ी। जब मेरी सखी को इस बात की खबर लगी तो वह उस स्त्री से मिली। उससे हेल-मेल बढ़ाया। उसके दुख में सहानुभूति दिखाई। धीरे-धीरे वे दोनों घनिष्ठ सहेलियाँ बन गईं और पति के कदम भी अनुचित मार्ग में जाने से रुक गए।

7. कभी-कभी रुचि सादृश्यता भी दो व्यक्तियों को मित्रता के सूत्र में बाँध देती है। यदि आपके पति संगीत, चित्रकारी, साहित्य या किसी विशेष मनोरंजन (हॉबीज़) में

दिलचस्पी लेते हैं तो आप भी उनकी रुचि को समझें, उसमें भाग लें, दिलचस्पी दिखाएँ। देखने में आता है कि यदि पति कवि या गवैया है पर पत्नी उसके मर्म को नहीं समझती तो वह किसी ऐसी स्त्री का साथ ढूंढेगा जो उसकी कला की पारखी होगी। कई पुरुषों को घूमने और सैर-सपाटे का शौक होता है, कई साहित्यचर्चा में आनन्द लेते हैं; अब यदि पत्नी साथ नहीं देती तो उनका मित्र-भाव दूसरी स्त्री से स्थापित हो जाता है। इसलिए हर स्त्री को अपने पति को रिझाए रखने के लिए उसकी रुचि में दिलचस्पी दिखानी चाहिए।

8. कभी-कभी ऐसा भी देखने में आया है कि यदि पत्नी कर्कशा और फूहड़ है और आपकी किसी सहेली या बहन के पति में भी ये ही दोष हैं तो आपके पति और बहन दोनों समदुखी होने के कारण एक-दूसरे में अपना पूरक पाकर घनिष्ठ हो जाएँगे। समझदारी तो इसी में है कि आप सब तरह से अपने पति की पूरक बनें। अपने प्रेम और सेवा से उन्हें तुष्ट और प्रसन्न रखें। यदि आप एक सुघड़ गृहिणी हैं, आदर्श माँ हैं और पति की सच्ची सहचरी हैं तो कोई कारण नहीं कि आपके पति बहक जायँ।

9. इस बात के विषय में कि आप अपने पति की सेज की सच्ची साथिन कैसे बनें मैं पहले ही बता चुकी हूँ। यदि नारी प्रेम में शीतल है तो पति उष्णता, निकटता और सहयोग पाने के लिए बहक सकता है। इसलिए इस मामले में पूरी चौकस रहें। रति-क्रिया में पति को मुग्ध करें। उसका प्रिय करें। उसके पुंसत्व को सार्थक करें।

10. कभी-कभी ऐसा भी होता है कि विवाह से पहले की कोई प्रेमिका फिर जीवन में आ जाती है। पुरानी बातें याद हो आती हैं, अप्राप्य के प्रति पुरुष खिंच जाता है। पर आप अपने आकर्षण का तनाव ढीला मत होने दें। पुरुष विचलित तभी होता है जबकि उसकी पत्नी उसे प्रेम में न बाँधे हो। अन्यथा सभी समझदार पुरुष पुरानी कहानियों को भुला देने में ही कुशलता समझते हैं। अधिक सम्पर्क में रहने के कारण बात अधिक बढ़ रही हो तो उसकी संगत से पति को दूर रखना ही ठीक होगा।

आप अपना घर बदल दें। हो सकता है शहर भी बदलना पड़े। पर यह सब आपके पति के कैरियर की सुविधा का ध्यान रखकर करना पड़ेगा। कभी-कभी ऐसा भी होता है कि पुरुष बुरी संगत में पड़कर दुश्चरित्र बन जाते हैं। ऐसी सूरत में अच्छे मित्रों का दबाव उन पर डलवाएँ।

11. पति किस कारण से आपसे विमुख हुए हैं, उसे समझें। उनके जीवन के अभाव को पूरा करें। हो सकता है आपके चरित्र के विषय में उन्हें निर्मूल सन्देह हो गया हो। अगर ऐसा हो तो इस मामले में पति से बातचीत करें। आपका जहाँ जाना या जिनसे हेल-मेल उन्हें बुरा लगता है, उस काम को भूलकर भी मत करें। आप यदि निर्दोष और सच्ची हैं तो इस बात का यकीन पति को आपके स्पष्टीकरण से अवश्य हो जाएगा।

12. यदि आपके पति का लगाव सचमुच में किसी से हो गया है तब भी आप

उनके प्रति कर्कश या कठोर मत हों। देखने मे आता है कि पत्नी की शालीनता और प्रेमिका की बेवफ़ाई पुरुष को फिर सीधे रास्ते पर ले आने मे समर्थ होता है। आपके पति के सग आपके जीवन की इतनी सुखद स्मृतियां जुडी हैं। वह आपके बच्चों का बाप है। परिवार का आर्थिक भार सँभाले हुए है। ऐसी स्थितियो मे उसकी प्रथम भूल के लिए आपको उन्हे कठोरतम दण्ड नही देना चाहिए। जीवन-साथी का कर्त्तव्य है कि जब वह अच्छे समय में साथ रहा तो बुरे समय में भी साथ दे। यदि वह गुणो के कारण प्यार करता था तो अब मानवीय दुर्बलता को भी क्षमा करे। ऐसे मौके पर भर्त्सना करने, पति को बदनाम करने और कठोर होने से परिस्थिति और बिगड जाती है, जबकि धीरज रखने से पुरुष अपनी गलती पर पछताकर फिर नारी की शरण आता है। मैंने कई नारियो को अपनी सहनशक्ति और धीरज के बल पर पुरुष को सन्मार्ग पर लाते देखा है।

13. कभी-कभी ऐसा भी होता है कि विकट परिस्थिति मे पडकर पुरुष का चरित्र भ्रष्ट हो जाता है या लम्बा वियोग उसे शरीर की माँग पूरी करने के लिए बाध्य करता है। ऐसे दृष्टान्त आपको सीमा पर नियुक्त फौजियो मे बहुत मिलेंगे। घर-बार से दूर ये सैनिक परदेश मे परस्त्री-गमन करते हैं। पर इसका मतलब यह नही कि वे हमेशा के लिए व्यभिचारी या अपनी पत्नी से विमुख हो जाते हैं। पुरुष को कुदरत ने जो सुविधा दी है उसका वे लाभ उठाते है। मैं यह नही कहती कि उनकी यह स्वेच्छाचारिता उचित है, पर लाचारी में यह सब हो जाता है। इसलिए क्षमनीय है। स्त्री को यदि पति की ऐसी भूल का पता चले तो उसकी चर्चा पति से फिर न करे।

14. कहीं-कही स्थिति बड़ा विकट रूप धारण कर लेती है। यह तब होता है जब-कि बेमेल विवाह होते हैं। धोखे से ब्याह कर दिया जाता है। ऐसी सूरत मे पति स्त्री से हमेशा विमुख रहता है। साथ रहने के कारण चाहे उनके बाल-बच्चे हो जायें पर मन नही मिलता। ऐसी स्थिति मे पत्नी अपनी अपूर्व सहनशक्ति, सेवा, लग्न से पति को जीते। प्यार कोई ऐसी चीज तो है नही जो ज़ोर-ज़बरदस्ती करके प्राप्त किया जा सके। वह तो बड़े परिश्रम, लग्न, सेवा से जीता जाता है। नारी पर इस मामले में अधिक ज़िम्मेदारी है। पति का प्रेम जीतकर ही उसकी रोज़ी और रोटी की समस्या हल होती है। प्यार के बल पर ही वह पति की सम्पत्ति, घर-बार और सामाजिक अधिकारो की साझेदार बनती है। उसने शासन की नीति नही अपितु प्यार से जीतने की नीति अपनानी है। जब वह पति के जीवन को पूर्ण करती है, उसे अपने प्यार और सेवा पर निर्भर बना लेती है, तभी वह उससे बँध जाता है। अगर नारी अपनी आर्थिक परिस्थिति के कारण उसपर निर्भर है तो पति गृहस्थी के सुख के हेतु स्त्री पर निर्भर है। यह अन्योन्य पर निर्भरता ही दो व्यक्तियो के जीवन के एकीकरण का आधार बन जाती है।

15. गलतफहमी भी कभी-कभी पति-पत्नी के बीच में दीवार खड़ी कर देती है। अपने किसी हित मे पत्नी की उपेक्षा या उसके पीहरवालो का असहयोग पति के मन को कटुता से भर देता है। इससे पति पत्नी से कटा-कटा रहता है। ऐसी परिस्थिति में यदि वह

किसी ऐसी महिला के सम्पर्क में आता है जिसके कारण उसे कैरियर या अपनी योजना फलीभूत करने में सहायता मिलती है तो वह उसके प्रति अनुरक्त हो जाता है।

16. पति के विमुख होने का एक कारण यह भी होता है कि विवाह से पहले वह किसी और से प्रेम करता रहा पर बड़ों के दबाव, परिस्थितिवश या कुछ आर्थिक लाभ के वशीभूत हो पुरुष को लाचारी में किसी और से शादी करनी पड़ी। ऐसी परिस्थिति में उसका मन घायल पक्षी की तरह तड़फता रहता है। गृहस्थी की गाड़ी तो चलती रहती है, पर मन कहीं और बन्धक रखा रहता है। स्त्रियों को ऐसे विवाह का शुरू में ही विरोध करना चाहिए।

17. कभी-कभी हीन भावना से भरकर भी पति पत्नी के प्रति शंकित रहता है। वह उसकी संगति, उसके मुकाबिले में अपने को हीन समझता है, इसलिए उससे या पत्नी से रुष्ट रहता है। ऐसी परिस्थिति में पत्नी को पति का विश्वास प्राप्त करना चाहिए और अपने व्यवहार से उसे यकीन दिला दे कि वह हर क्षेत्र में उसकी सहयोगिनी है और उसके सम्मान के प्रति जागरूक है।

18. कहीं-कहीं ऐसी शोचनीय परिस्थिति होती है कि पत्नी के प्रति पति न केवल [illegible] ही होता है पर उसका व्यवहार भी क्रूर और निर्मम होता है। ऐसे अधिकांश पति दुराचारी और व्यसनी होते हैं। पत्नी और बच्चों के प्रति उनके हृदय में कोई ममता नहीं होती। लोक-लाज की उन्हें कोई परवाह नहीं होती। इस विकट परिस्थिति से [illegible] के लिए तलाक ही एक मार्ग रह जाता है। परन्तु इसमें भी जल्दबाजी नहीं करनी चाहिए। दोनों परिवार के बुजुर्गों को बुलाकर पंचायत करवाएं। यदि उससे [illegible] न निकले तो फिर कानूनी कार्यवाही करनी उचित होगी। स्त्री की आर्थिक सुरक्षा के [illegible] का भी ध्यान रखना होगा। या फिर उसे इस योग्य बनाया जाए कि वह [illegible] [illegible]।

[illegible] की कोशिश करनी चाहिए कि शुरुआत ही [illegible] न हो। [illegible] [illegible] दूसरी बात, [illegible] [illegible] जीवन को सफल बनाने की शिक्षा [illegible] दी जाए। [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] जीवन [illegible]

27

कलह के कुछ मनोवैज्ञानिक कारण

देखने में आता है कि रूप, यौवन, प्रेम, धन, सन्तान, सुख और सुविधाएँ होते हुए भी कई दम्पति जीवन के प्रति असन्तुष्ट रहते हैं। ऐसा लगता है मानो दाम्पत्य जीवन से उनकी आस्था ही उठ गई है, अपने जीवन साथी के प्रेम के प्रति उन्हें विश्वास नहीं रहा, बच्चे उन्हें जी का जंजाल प्रतीत होने लगते हैं। उन्हें परिजनों से यह शिकायत रहती है कि कोई मुझमें दिलचस्पी नहीं लेता, मेरी किसी को परवाह ही नहीं। मेरी दुख, तकलीफ और बीमारी को कोई समझता ही नहीं, मैं मरा जा रहा हूँ पर कोई मेरी बीमारी को महत्त्व ही नहीं देता। मुझे तो भूख ही नहीं लगती, कोई भी काम करने को जी ही नहीं करता, मन रोने-रोने को करता रहता है। पर मेरा दुख कोई समझे तब न। हाय अपने घर वालों के लिए मैंने इतना कुछ किया और आज ये लोग मेरी बात की मजाक उड़ाते हैं।

डा० सिकमंड फरूड (Dr. Siqmund Freud) के कथनानुसार इस प्रकार के व्यक्ति स्थायी या अस्थायी रूप से एक प्रकार की मानसिक दुर्बलता के शिकार होते है। इस स्नायु दुर्बलता को अंग्रेजी मे न्यूरसथिसिया (Neurasthesia) कहते हैं। इस दुर्बलता का जो व्यक्ति शिकार होता है उसे थकावट, अनिद्रा, मिजाज मे चिड़चिड़ापन, सिरदर्द, जीवन के प्रति विरक्ति आदि शिकायतें बनी रहती हैं। 'अनेक प्रकार की भयानक बीमारियाँ मुझे हो गई हैं या हो जाने की संभावना है' इस प्रकार का वहम उसे हो जाता है। फिर आप जानते हैं कि

वहम का इलाज तो किसी के पास भी नहीं है। इसी वहम के चक्कर मे पड़कर दिल की धड़कन

श्वास लेने में कठिनाई, घबराहट से पसीना आना और कँपकँपी उठना, निढाल होकर पड़ जाना आदि चिह्न भी शरीर में प्रगट होने लगते हैं। इसके अतिरिक्त अपच, बहु-मूत्र की शिकायत भी हो जाती है। व्यक्ति को घबराहट, परेशानी व डर से ऐसा प्रतीत होने लगता है कि वह कहीं पागल न हो जाय।

अब सोचने की बात है कि ऐसा होता क्यों है? इसका मूल कारण है कि तीव्र मनोवेगों को दबाने से व्यक्ति का स्नायुमंडल दुर्बल हो जाता है। जो मनुष्य अपनी असफलता, निराशा, भय, ईर्ष्या, असन्तोष या और किसी प्रकार के दुख को किसी दूसरे से डर या लज्जा के मारे कह नहीं पाता और अन्दर ही अन्दर घुटता रहता है, उसके स्नायु दबाव और घुटन के कारण दुर्बल हो जाते हैं। इसका दुष्परिणाम यह होता है कि वह अपने असन्तोष, क्रोध और उदासीनता को प्रकट करने के लिए और परिजनों की सहानुभूति प्राप्त करने के लिए बीमारी या भूतप्रेत के शिकार होने का बहाना ढूँढ़ता है। जिन स्त्रियों को हिस्टीरिया के दौरे पड़ते हैं उनका मूल कारण भी तीव्र मनोवेगों को दबाकर रखना ही है। नीचे कुछ उदाहरण देती हूँ।

एक मारवाड़ी सेठ हमारे बंगले के पास ही रहते थे। उनकी पहली पत्नी दो बच्चे छोड़कर मरी थी। दो साल बाद उन्होंने दूसरा विवाह किया। यह दूसरी पत्नी सेठजी से आयु में बीस वर्ष छोटी थी। सेठजी की माँ और विधवा चाची भी उन्हीं के साथ रहती थीं। नई बहू पर उनका कड़ा शासन था। घर का खर्च चलाना और पहली पत्नी की औलाद की देखभाल वे खुद ही करती थीं। इससे नई बहू के मन में बड़ा असन्तोष बना रहा। वह अन्दर ही अन्दर कुढ़ती। उसके सारे अरमान मन ही मन में कुचल कर रह गए। धीरे-धीरे उसे वहम हो गया कि उसकी सास जादू-टोना करके उसके पति को भी उससे विमुख कर रही है। बस उसे और भी कुढ़न और जलन होने लगी। पति की सहानुभूति प्राप्त करने के लिए वह रात-रातभर रोती रहती, खाना न खाती, स्पष्ट रूप से वह पति से सास की शिकायत तो करने का साहस कर नहीं पाती, बस यही कहती, "मालूम नहीं मुझे कुछ हो गया है।" सास ने ओझाजी को बुलाया। उसने कहा, "इस पर इसकी सौत की प्रेतात्मा चढ़ आई है। वही सता रही है बहू को।"

मानसिक दुर्बलता के कारण बहू को सोचने-विचारने की शक्ति तो रही नहीं, बस उसे भी ओझाजी की बात पर ही विश्वास हो गया और मिरगी के लच्छन उसमें प्रकट होने लगे। जब उसे दौरे पड़ते तो वह अपनी सारी चूड़ियाँ तोड़ देती, सास को खूब गालियाँ देती, बच्चों को मारती, गुस्से के मारे काँपने लगती और चिल्ला-चिल्लाकर शाप देती, "मैं तुम सबको मार डालूंगी। तुम्हारे कुल का सत्यानाश कर दूंगी। बहू की ऐसी धमकी सुनकर सास, चाची, बच्चे व सेठजी सभी उसके आस-पास हाथ जोड़कर बैठ जाते और फिर जब बहू अपनी सौत की ओर से कहती, "इसे बालाजी ले जाओ। तभी उपद्रव शान्त होगा।" तब सेठजी पत्नी को लेकर बाला जी (तीर्थ-स्थान) मानता चढ़ाने

जाते। जितने दिन बहू बाहर तीर्थ-यात्रा में घूमती फिरती, उसका स्वास्थ्य अच्छा रहता, पर घर लौटने के कुछ मास बाद फिर बहू को हिस्टीरिया के फिट आने लगते और फिर वही किस्सा दोहराया जाता।

एक वकील साहब थे। उनकी पहली पत्नी पाँच लड़कियाँ छोड़कर मरी। लड़का नहीं था, इसलिए उन्होंने दूसरी शादी की। दूसरी पत्नी के जब बहुत साल तक बच्चा नहीं हुआ तो घरवालों ने उसे परेशान करना शुरू किया। इससे पत्नी कुढ़-कुढ़कर सूखने लगी। हारकर पत्नी ने 'मुझे सौत सताती है' यह नाटक रचा और जब कभी सास कुछ बोली मारती, वह सौत चढ़ आई है यह स्वांग रचती और सौत की ओर से घरवालों को खूब बुरी-भली सुनाती और कहती 'मैंने शान्ति (दूसरी पत्नी) की कोख बांध दी है। इसके कभी औलाद नहीं हो सकती। यदि हुई तो सारे वंश का नाश हो जाएगा।' बस, फिर घरवालों को शान्ती से पुत्र पाने की लालसा ही मिट गई।

कभी-कभी ऐसा भी होता है कि कई पुरुष 50-55 वर्ष की आयु में सम्भोग क्रिया के अयोग्य हो जाते हैं। पत्नी से अपनी यह असमर्थता जाहिर करने में उन्हें लज्जा आती है। वे अपने को काल्पनिक बीमारी का शिकार मानकर अपनी स्वास्थ्य-रक्षा के बहाने पत्नी से दूर रहते हैं, अलग सोते हैं। ब्रह्मचर्य का महत्त्व बखानते हैं और पत्नी पर अपना नियन्त्रण व दबाव बनाए रखने के लिए उसके हरेक काम में हस्तक्षेप करते हैं। उसकी जिन्दादिली की आलोचना करते हैं, उसका पहनना-ओढ़ना, हँसना-बोलना, उन्हें नहीं सुहाता। अपनी कमी और असमर्थता को स्वीकार करने की अपेक्षा वे पत्नी

को ही कठोर और निर्मम कहकर भर्त्सना करने लगते हैं।

अपने एक ऐसे वहमी पड़ोसी दीनानाथ का किस्सा आपको वताती हूँ। उनकी पत्नी चालीस वर्ष की उम्र में भी वड़ी सुन्दर और स्वस्थ लगती थी, जव कि वह वावन वर्ष की उम्र में सेज़ के अयोग्य हो चुके थे। मेरे पति डाक्टर हैं उन्होंने दीनानाथजी को सलाह दी कि आप दिनभर कुर्सी पर मत वैठे रहा करें, कुछ आउटडोर लाइफ भी विताएँ। पर धन कमाने की चक्की वनकर उन्होंने अपना यौवन खो दिया। डाक्टर साहव ने उनको स्वास्थ्य सुधारने के लिए कुछ टानिक भी दिए। पर इलाज देर से शुरू हुआ था और पुरानी दिनचर्या वदलने में वह असमर्थ थे, इससे कुछ लाभ हुआ नहीं। एक दिन उनकी पत्नी डाक्टर साहव के पास आई और वोली, "डाक्टर साहव, मैं तो वड़ी परेशान हूँ। मुझे पति की वीमारी का पता ही नहीं चलता। मैं उन्हें लेकर वम्वई व कलकत्ता भी दिखा आई हूँ। उनकी कमज़ोरी वढ़ती ही जा रही है। अपनी पूरी खुराक भी नहीं खाते। क्या किया जाय? अव तो उन्होंने अपनी वदली टूरिस्ट विभाग में करवा ली है। महीने में वीस दिन दौरे पर ही रहते हैं। जव तक घर से दूर रहते हैं उनकी तवीयत अच्छी रहती है, घर आते ही फिर पड़ जाते हैं। शायद उन्हें यहाँ का पानी माफिक नहीं आता।"

श्रीमती दीनानाथ समझदार औरत थीं। हारकर डाक्टर साहव ने दीनानाथजी के भय का मनोवैज्ञानिक कारण उन्हें वता दिया कि समय से पूर्व शारीरिक असमर्थता के आ जाने से ही वह मन ही मन घुटते रहते हैं। कुछ महीने वाद डाक्टर साहव को फिर दीनानाथजी मिले। अव वह वहुत खुश नज़र आते थे। डा० साहव ने उनके स्वास्थ्य के विषय में पूछा तो वोले, "मज़े में हूँ। अव टॉनिक खाकर क्या करना। हमारी श्रीमतीजी ने तो आगे के लिए ब्रह्मचर्य रखने का व्रत ले लिया है। अव तो वह खद्दरधारी वन गई हैं और हरिजनों के वच्चों के लिए उन्होंने एक स्कूल खोल रखा है। दिनभर उसी में लगी रहती हैं।"

डाक्टर साहव मन ही मन हँसे और सोचने लगे—तभी तो सव ठीक हो गया, इनकी पत्नी वड़ी समझदार है कि परिस्थिति को समझकर उन्होंने तदनुसार अपनी दिनचर्या में परिवर्तन कर लिया है।

जव कोई व्यक्ति अपनी योग्यता को तुलनात्मक रूप में फीकी पड़ती देखता है या अपने अधिकारक्षेत्र को संकुचित होते पाता है तो ईर्ष्या व द्वेष से जल उठता है। यदि उसका प्रतिरोधी सवल है तो वह मन ही मन कुढ़ता है, यदि वह उसके अधीन है तो उसे कुचलने की कोशिश करता है। और अपनी इस अन्यायपूर्ण नीति को सही सावित करने के लिए वह अनेक वहाने ढूँढता है, ढोंग रचता है, वहमों के चक्कर में पड़ता है। एक इंजीनियर साहव थे, नाम था शिवराय। उनके माता-पिता का जव स्वर्गवास हुआ, छोटा भाई दस वर्ष का था। भाई को उन्होंने पढ़ाया-लिखाया। अभी वह डाक्टरी पढ़ ही रहा था कि शिवरायजी ने उसकी शादी कर दी। उन्होंने सोचा, वहू कुछ दिन अपने पास रहेगी, परिवार में उसका प्यार वढ़ेगा, हमारा दवाव वना रहेगा। पर साथ में उन्हें

इस बात का खटका भी था, वहू ऐसी सुन्दर और चतुर है, कहीं भाई का ध्यान पढ़ने से हटकर वहू में न रम जाय। वैसे तो वह वहू का बडा लाड़-चाव करते थे, पर उनकी चेष्टा हमेशा यही रही कि भाई अपनी पत्नी के प्यार में न बँधने पाए। भाई जब छुट्टियों मे घर आता तो वह बहू को उसके पीहर भेज देते। इसी बीच मे शिवरायजी की पत्नी गर्भवती हो गई। उनकी पत्नी ने एक दिन अपने पति से कहा कि 'बिरादरी की स्त्रियाँ बहू और देवर के मिलने पर रोक-टोक रखने के कारण ताने देती हैं कि जिठानी को इस उम्र मे भी बच्चे हो रहे हैं तब तो शर्म नही आती और जवान देवर-बहू को मिलने नही देती। सो कुछ ऐसा करो कि अब की जब देवरजी यहाँ हो तो बहू को भी बुला लो ताकि किसी तरह उसके बच्चा हो जाए। फिर लोकचर्चा बन्द हो जाएगी।'

देवर के घर आने पर जेठ-जिठानी ने कई बार इस बात की कोशिश की कि देवर व वहू को दो घटे एक कमरे मे अकेले मे मिलने का मौका दे। बहू बडी भावुक थी, उसने पति से साफ कह दिया कि 'जब तक आप पढ़ाई पूरी नही कर लेते, मैं आत्मसमर्पण नही कर सकती। यह कितनी लज्जा की बात है कि हमे जानवरो की तरह एक कमरे में विशेष उद्देश्य से मिलने का मौका दिया जाय। घर की यह परिस्थिति क्या प्रणय-निवेदन के अनुकूल है?'

दूसरे दिन देवर ने कमरे मे जाने से इन्कार कर दिया और भाई से साफ कह दिया कि मैं सन्तान-उत्पत्ति को बहुत ज़िम्मेदारी व महत्त्व देता हूँ। मैं इस योग्य जब तक नहीं हो जाता कि अपने परिवार का भरण-पोषण सँभाल सकूँ, ब्रह्मचर्य से ही रहना चाहूँगा।

अपनी योजना विफल होते देख जेठ-जिठानी बहुत चिढ़े। शिवरायजी के अह भाव को बड़ी चोट लगी कि भाई और बहू ने मेरी बात काटने की धृष्टता कैसे की? भाई पर तो वश चला नही, वे बहू के पीछे पड गए। इस आग मे जिठानी ने आहुति डालने मे सहयोग दिया। बहू की ज़िन्दगी जब दूभर हो गई तो पीहरवाले उसे आकर ले गए और उसे कालिज में दाखिल कर दिया। सयोग से डिबेट मे भाग लेने के लिए उसका पति इलाहाबाद आया और अपनी पत्नी से मिलने भी गया। लड़की के माता-पिता समझदार थे। उन्होंने उनके मिलने की अच्छी व्यवस्था कर दी। संयोग से लडकी गर्भवती हो गई। जब शिवरायजी को इस बात का पता चला कि लड़का हमारी इजाज़त के बिना ससुराल चला गया और अपनी पत्नी से मिल आया तो उनके क्रोध का पारावार न रहा। उन्होंने लडकी पर लाछना लगाई कि मालूम नहीं, किसका बच्चा उसके पेट में है। उन्होने अपने भाई को भी धमकाया कि लड़की को छोड़ दे। उस समय पढ़ाई के खर्चे की गरज के मारे तो वह चुप रहा। पर जैसे ही उसकी पढ़ाई पूरी हुई और नौकरी लगी, वह अपनी पत्नी व बच्चे को अपनी ससुराल आकर ले गया। अब तो शिवरायजी खिसियाने होकर ऐसे बिगड़े कि क्रोध और ईर्ष्या के मारे उनका नर्वस ब्रेक डाउन हो गया। दिन-रात वह बहू व भाई को कोसा करते। खुशामदी रिश्तेदार भी उनके पास बहू व भाई को झूठी-झूठी शिकायतें लगाया करते। भाई पर इस सबका कुछ असर होते न देखकर शिवरायजी ने

अनिद्रा और हाई ब्लडप्रेशर का ढोंग रचा। रात-रातभर पलंग पर बैठे रहते। कभी कुएं में पाँव लटकाकर कहते, "मैं तो जान दे दूंगा। इस नमकहराम व नालायक भाई के नाम पर दुनिया थूकेगी। मेरी ज़िन्दगी का चैन हर लिया है इस कुल्छनी वहू ने।"

छोटे भाई को शिवरायजी से पूरी सहानुभूति थी। उन्हें दुख भी था कि भाई साहब ने ज़रा-सी बात का बतंगड़ बना लिया है। वहू का इसमें भला क्या अपराध? एक बार भावज का तार पाकर वह वहू को लेकर भैया को देखने आया। उनको देखते ही शिवराय जी के सिर और भी भूत चढ़ गया। छोटा भाई जितना भी उन्हें समझाने व शान्त रखने की कोशिश करता, उतने ही वह अधिक ज़ोर-ज़ोर से गालियाँ बकते। वहू पर अपने इस

ढोंग का कुछ असर होते न देखकर, उन्होंने उसके सिर पर एक डंडा खींचकर मारा। वहू चीखकर गिर गई, छोटा भाई यह देखकर हैरान रह गया। वह अपनी पत्नी को लेकर उसी दिन वापस लौट आया। बाद में पता चला कि शिवरायजी लज्जा, क्रोध और ईर्ष्या से कुढ़-कुढ़कर सचमुच में पागलों की तरह व्यवहार करने लगे और कुछ महीनों बाद उनका स्वर्गवास हो गया।

कभी कभी नर्वस ब्रेक-डाऊन का कारण विरोधी परिस्थिति के संग संघर्ष भी होता है। कई लखपति शरणार्थी अपना सब कुछ लुटाकर मानसिक सन्तुलन खो बैठे थे। सोच फिक्र और असुरक्षा की भावना ने उन्हें तोड़कर रख दिया था। कभी-कभी कर्तव्य और प्रेम इन दो पाटों के बीच में पड़कर भी इन्सान टूट जाता है। एक उदाहरण देती हूँ। हरीश पढ़ने-लिखने में बड़ा होशियार था। उसे विदेश जाकर पढ़ने का वज़ीफा मिला। पर उसकी विधवा माँ हाई ब्लडप्रेशर से पीड़ित थी। हरीश उसकी इकलौती सन्तान थी। इसलिए

वह उन पर पूर्ण अधिकार जमाये हुए थी। उसने हरीश को विदेश नहीं जाने दिया। एक सहपाठिनी से हरीश का प्रेम हो गया था। उसने अपनी माँ से विवाह की इजाजत माँगी। पर माँ को यही आशंका बनी हुई थी कि लड़के की शादी हो जाएगी तो वह पराया हो जाएगा। हरीश मन मारकर रह गया। कुछ दिन बाद हरीश को किसी फर्म में नौकरी मिल गई। उसको अधिकांश समय दौरे पर रहना पड़ता था। यह भी उसकी माँ को सहन नहीं हुआ। लड़का जब भी दौरे पर जाता, माँ भूखे रहकर, रो-रोकर दिन काटती। नतीजा यह हुआ कि उन्होंने खटिया पकड़ ली। लम्बी बीमारी थी। माँ के कारण लड़के की पढ़ाई, कैरियर, विवाह की सम्भावना, सभी चौपट हो गई थी। लड़का घुट-घुटकर रह गया। वह सूखता गया, चेहरा स्याह पड़ गया और उसका पूरी तौर से नर्वस ब्रेक-डाऊन हो गया। खैर तो यह हुई कि हरीश का अफसर बड़ा दयालु था। उसने हरीश को एक नर्सिंग होम, जहाँ उसकी वही सहपाठिनी जोकि अब एक लेडी डाक्टर थी, पहुँचा दिया और उसकी माँ की काशी वास की व्यवस्था कर दी। तनावपूर्ण वातावरण से निकलकर हरीश कुछ मास में स्वस्थ हो गया और उसने अपनी सहपाठिनी से शादी कर ली। काशी जाकर उसकी माता की भी आसक्ति मिट गई।

जो व्यक्ति बचपन में बहुत अधिक लाड़-चाव, सुरक्षा और प्रशंसा पाकर पला होता है, बड़ा होकर जब उसे कभी प्रतिकूल परिस्थितियों का सामना करना पड़ता है तब उसे बहुत सदमा पहुँचता है और वह उस धक्के में अपना मानसिक सन्तुलन और मुकाबिला करने की सामर्थ्य खो बैठता है। देखने में आता है कि शारीरिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति भी कभी-कभी मानसिक रूप से बड़े दुर्बल होते हैं। उनकी मन-शक्ति (Will power) कमज़ोर होती है। यदि कोई व्यक्ति अपनी आयु के अनुरूप मानसिक परिपक्वता का परिचय नहीं देता और हास्यप्रद ढंग से व्यवहार करता है, तो समझ लें कि उसका मानसिक स्वास्थ्य नार्मल नहीं। इस कमज़ोरी को दूर करने के कुछ निम्नलिखित उपाय हैं—

1. यदि किसी व्यक्ति पर इतनी अधिक जिम्मेदारियाँ हैं कि वह उन्हें ठीक तरह से अकेला नहीं सँभाल पाता, और अपने शरीर पर अत्याचार करता हुआ लम्बे अर्से तक उन्हें सँभालता चला आ रहा है, तो इसके फलस्वरूप उसके हृदय में अपने प्रति दया उपजती है। वह परिजनों पर झुँझलाता है। उन्हें दोषी ठहराता है, जबकि उसे चाहिए तो यह कि अपनी जिम्मेदारियों को बाँट दे। चाहे इसके लिए कुछ अधिकार या महत्त्व छोड़ना पड़े, पर बूते से अधिक परिश्रम करना गलत बात है।

2. अपनी समस्याएँ और दुख-तकलीफ के विषय में अपने किसी विश्वासी मित्र या परिजन से सब बात कहकर जी हल्का करना जरूरी है। जिन्हें आप अपने से अधिक समझदार समझते हैं, उनकी सलाह से समस्याओं को सुलझाने की कोशिश करें। लोगों के अनुभव से लाभ उठाएँ।

3. किसी मनोवैज्ञानिक के पास मरीज को ले जायें, जो उसके बाल्यकाल की

घटनाओं, परिस्थितियों और समस्याओं पर प्रकाश डालकर उसे ठीक ढंग से गलती सुधारने में विश्वास दिला सके।

4. मरीज को प्रतिकूल परिस्थितियों और अनचाहे परिजनों से दूर रखा जाय। उसे मनोरंजन के लिए कुछ उपयोगी होबीज अपनाने की प्रेरणा दें ताकि वह अपने को भूल सके और उनका आत्मविश्वास लौट आए। जीवन के प्रति उसकी उदासीनता मिट जाय।

5. मृत्यु और बीमारी का भय उसके मन से निकालने के लिए उसकी दिलचस्पी किसी बच्चे, पालतू जानवर या सामाजिक कार्य में जाग्रत की जाय। उसके काम की प्रशंसा की जाय।

6. नियमित दिनचर्या, सन्तुलित भोजन, हल्के व्यायाम की व्यवस्था की जाय।

7. परोपकार के अर्थ जीना, धर्माचरण, ईश्वर आदि में विश्वास से भी आत्मिक बल पैदा किया जा सकता है। किसी मनोवैज्ञानिक की सहायता से मरीज़ की आत्म-विवेचना करने में सहयोग दें ताकि वह अपने ग़लत दृष्टिकोण को समझकर दृढ़ निश्चय के साथ अपनी भूल सुधार सके, अपनी ग़लती पर पछता सके, और स्वार्थी दृष्टिकोण की केंचुली छोड़ नया इन्सान बनकर जीवन का मुक़ाबिला करने के लिए तैयार हो जाय। और दूसरों को परिस्थितियों या अपनी इच्छाओं व आदर्शों के अनुकूल ढालने का तकाजा छोड़कर खुद ही परिस्थितियों से समझौता करने का बल प्राप्त कर सके अथवा उस प्रतिकूल वातावरण से अपने को अलग रखकर 'बीती ताहि बिसार दे' की नीति अपनाने में ही अपना कल्याण समझे।

28
चाह और चाहिए का भेद

दिल से दिल को राह—विवाह में चाह एक चीज है चाहिए दूसरी। अपने जीवन-साथी की चाह यानी इच्छा क्या है, माँग क्या है, उसे क्या रुचिकर है, पति पत्नी द्वारा इसे ही आपस में समझना मुख्य बात है। दिल को दिल से राह होती है। इसके लिए तकाजा या चाहिए की छड़ी दिखाकर या कर्तव्य की दुहाई देकर कुछ सुविधा प्राप्त करने का मार्ग यदि अपनाना पड़े तो प्रेम की हतक, प्रेमी की मर्यादा भंग होनी है। पति-पत्नी शरीर से एक-दूसरे से अलग होते हैं, परन्तु मानसिक रूप से यदि मनोवैज्ञानिक आधार से वे जुड़े हुए हैं तो वे एक-दूसरे के मर्म की बात आसानी से समझ जाते हैं।

जो दुख-सुख की अनुभूति को अपने तक ही सीमित रखता है वह सीमित बन्धुत्व में बँधकर परिवार और समाज के लिए खतरा पैदा करता है। सच्चे प्रेम में दुराग्रह और मूढ़ अभिमान के लिए स्थान नहीं है। प्रत्येक व्यक्ति का व्यक्तित्व और रुचि एक-दूसरे से भिन्न होती है। फिर भी वे एक-दूसरे के दृष्टिकोण का सम्मान करते हैं, एक-दूसरे के प्रति सहानुभूति और भलाई का बर्ताव करते हैं। तभी उनकी मित्रता स्थायी रहती है। प्रणय भाव बनाए रखने के लिए एक-दूसरे का प्रिय करने में एक होड़ होनी चाहिए। यदि पति-पत्नी में ऐसी स्थिति रहे तो हार में भी जीत का-सा आनन्द आने लगता है।

आदतें मनुष्य का स्वभाव बन जाती हैं। उन्हें सहज ही नहीं छोड़ा जा सकता। विवाह के बाद पति-पत्नी को एक-दूसरे की पृष्ठभूमि, पारिवारिक वातावरण, मानसिक आघात, अड़चनें तथा लाचारियों को समझे बिना सामंजस्य स्थापित करना कठिन होता है। स्त्री तो पीहर से अपना नाता एक प्रकार से तोड़कर पति के घर आती है। वह पीहर के प्रति कोई उत्तरदायित्व यथा उनका भरण-पोषण करना आदि से मुक्त होती है, परन्तु पति तो विवाह के बाद परिजनों द्वारा कसौटी पर और भी अधिक कसा जाता है कि देखें, यह हमारे प्रति अपनी ममता को विवाह के बाद निभाता है कि नहीं। कई माताएँ अपने इकलौते पुत्र पर आजन्म अधिकार नहीं छोड़ना चाहती। विशेष करके यदि वह इकलौता पुत्र किसी विधवा का हो, जिसने अपने जीवन में अनेक कठिनाइयों का अनुभव कर अपने पुत्र को योग्य बनाया है, वह यह बर्दाश्त नहीं कर पाती कि उसका पुत्र पत्नी पर अपना प्यार लुटाए। ऐसी परिस्थिति में पत्नी को पति की कठिनाई समझनी चाहिए।

मेरी एक सखी ने मुझे अपने पति की मातृभक्ति की कहानी सुनाई थी। मैं उन्हीं के शब्दों में कथा दोहराती हूँ—"जब मेरा विवाह हुआ तो हम पन्द्रह दिन के लिए हनीमून मनाने मसूरी गए। हम एक होटल में ठहरे। सुबह उठकर मेरे पति चाय पीने के समय

पहला काम करते थे अपनी माता को पत्र लिखना। एक दिन उत्सुकतावश मैंने उनका पत्र पढ़ लिया। लिखा था, 'माँ तुम्हारे बिना मैं यहाँ खोया-खोया-सा रहता हूँ। मुझे हरदम तुम्हारी याद आती रहती है। मेरा मन बड़ा उदास रहता है।' पत्र पढ़कर मैंने सोचा कि शायद मेरे पति मुझसे असन्तुष्ट हैं। उन्हें ज़रूर कुछ मानसिक कष्ट है तभी वे हनीमून में भी माँ के बिना इतने दुखी रहते हैं। रात्रि में मैंने उनसे इस बात के विषय में पूछा। वह आश्चर्य से बोले, 'तुम्हें यह भ्रम कैसे हुआ? मैं तो स्वयं को बहुत सुखी समझता हूँ। मेरे जीवन के ये बहुत ही मधुर और सुखद दिन हैं।'

अब उनकी बारी थी मुझे मनाने की। मुझे खिन्न पाकर वे दुलारते हुए बोले—'शीला, मुझे बड़ा दुख है इस ग़लतफहमी का। पर मुझे यह तो बताओ कि तुम्हारे दिल में यह विचार आया ही क्यों?'

"मैंने कहा, 'मैं देखती हूँ आप रोज़ ही अपनी माँजी को पत्र लिखते हैं। आज मैंने आपके पत्र की कुछ पंक्तियाँ पढ़ी थीं, "दिखता है आप रोज ही अपना मन हलका करने के लिए ऐसे ही पत्र लिखते होंगे उन्हें।'

"वे ठहाका मारकर हँसे और बोले, 'अरी पगली! क्या बताऊँ, हमारी माँजी का

स्वभाव ही ऐसा है। अगर मैं उन्हें इस प्रकार पत्र न लिखूँ तो वह समझेंगी कि ब्याह के बाद मेरा बेटा बहू की ममता में मुझे भूल गया है। आते समय उन्होंने मुझे ललकार कर कहा था कि देखती हूँ अब भी तुझे अपनी माँ से प्यार रहता है कि नहीं। क्या बताऊँ शीला, मुझे यह प्रेम अभिनय लाचारी में करना पड़ता है। माँ का स्वभाव तो बदलने से रहा। बचपन से ही उन्होंने मुझ पर इसी प्रकार का एकछत्र अधिकार बनाया हुआ है। वह हमेशा मुझे अपने मोह में जकड़ने की चेष्टा करती रहीं। छुटपन की एक घटना मुझे याद है। एक बार छुट्टियों में बहुत आग्रह करके मौसीजी मुझे अपने साथ ले गई थीं। माँ का यह विचार था कि मैं उनके बिना रह ही नहीं सकूँगा। मौसीजी के यहाँ बहन-भाइयों में जाकर तथा घूमने-फिरने में और खेल में मैं इतना मस्त रहा कि मुझे घर की याद भी नहीं आई। मौसीजी ने कहीं माँ को तसल्ली देने की दृष्टि से यह बात लिख दी कि मुन्नू यहाँ बड़ा प्रसन्न है। वह अभी यहाँ कुछ दिन और रहना चाहता है। बस माताजी के स्वाभिमान को इससे बड़ी चोट लगी। उन्होंने मुझे निर्मोही और तोता-चश्म आदि जाने क्या-क्या उलाहने दिए। कई दिन तक बात-बात में वह मुझे सुना-सुनाकर कहतीं, "अजी बच्चे किसके सगे हुए हैं। जो बहलाए-फुसलाए, उसी के बन जाते हैं। माँ की ममता भला ये क्या समझें।' लाख हो वह मेरी माँ है मैं उन्हें रुष्ट करने का साहस नहीं कर सकता।

"शीला ने शान्त होकर कहा, 'खैर, बात स्पष्ट हो गई। पर आपसे मेरी यह प्रार्थना है कि मेरे संग तो इस प्रकार का प्रेमाभिनय न करिएगा।'

"पति ने हँसकर कहा, "पर तुम भी मुझे इस प्रकार के मोहजाल में जकड़ने की भूल न करना।'

यह तो खैर थी कि शीला और उसके पति में परस्पर एक समझदारी थी। कई बार उनकी माता ने अपने बेटे के प्रेम की परीक्षा के लिए ऐसे-ऐसे ढोंग रचे कि अगर शीला की जगह कोई और स्त्री होती तो पति-पत्नी में काफी गलतफहमी पैदा हो जाती। पर शीला एक समझदार सहचरी के सदृश अपने पति की लाचारी को सरल बनाने की चेष्टा करती रहती है। वह समझती है कि जिस बेटे को माँ ने बचपन में ही मोह में जकड़ा हुआ था, उसका अब प्रतिकार होना असम्भव है। अगर दुर्भाग्य से शीला के पति को शीला का सहयोग प्राप्त न हुआ होता तो वह अपनी सम्मान-रक्षा और स्वतन्त्रता प्राप्त करने के लिए जबरदस्त प्रतिक्रिया करता, जिससे माता और पुत्र दोनों का जीवन किरकिरा हो जाता। पर यह तभी हो सका जबकि पति ने शीला का विश्वास प्राप्त कर लिया।

पत्नी क्या करे ?—समझदार पत्नी अपने पति की असुविधा को समझकर उसकी चिन्ताओं और अड़चनों को कम करने की चेष्टा करती है। निम्नलिखित कुछ बातें ऐसी हैं जिनको ध्यान यदि स्त्रियाँ नहीं रखती तो उन्हें पति की खिन्नता, नाराजगी और उपेक्षा सहनी पड़ती है। यदि बार-बार ऐसी अप्रिय परिस्थिति उत्पन्न होती है तो प्रेम की डोर में गाँठ पड़ती रहती है :

उपयोगी सीख—1. यदि आपके पति किसी चिन्ता या जाने की जल्दी में हैं तो उनकी ओर सबसे पहले ध्यान दें। उनके प्रति सहानुभूति दिखाएँ। उस समय उनकी तुनकमिजाज़ी का बुरा न मानें। उनकी कठिनाइयों को सरल करने की कोशिश करें। उन्हें धीरज बंधाएँ। कभी-कभी ऐसा भी होता है कि कोई काम पुरुष की ग़लती से बिगड़ भी जाता है पर जब कि वह खुद ही दुखी और पछता रहा है उस समय आपका बुरा-भला कहना उसे बहुत ही अप्रिय लगेगा।

2. प्रत्येक स्त्री विवाह से पहले सँजोए हुए सुनहले सपनों को पूरा करने की आस लेकर आती है। पर आर्थिक मजबूरियाँ, पारिवारिक ज़िम्मेदारियों के कारण सभी सपने पूरे नहीं हो पाते। ऐसी सूरत में कई नासमझ महिलाएँ पड़ोसी का वैभव, बहन या सहेली की शान-शौकत देखकर कुढ़ती रहती हैं और यदा-कदा पति को बुरा-भला सुनाती रहती हैं कि 'तुम्हारे से ब्याह करके मेरे तो कर्म फूट गए। राम जाने किस पिछले जन्म का कर्ज़ मैंने चुकाना था, जो इस घर में आई। काया मिट्टी हो गई। न अच्छा खाया, न पहना। इतनी चाकरी तो किसी पराये की भी यदि की होती तो इज़्ज़त के साथ रोटी-कपड़ा तो मिल ही जाता'।

अब आप सोचिए यदि आपका पति भी कोल्हू का बैल बना हुआ है तब आपका इस प्रकार उस पर दोषारोपण करना कहाँ तक न्यायसंगत है? वह अपनी ओर से परिवार के लिए यथाशक्ति कर रहा है। इससे अधिक आपको उससे आशा नहीं करनी चाहिए। जिस प्रकार प्रत्येक व्यक्ति नयन-नक्श में एक-दूसरे से भिन्न है उसी प्रकार स्वभाव और सोचने-विचारने में भी भिन्न हो सकता है। आपको अपने पति की कई ग़लतियों और असफलताओं पर इसलिए झुंझलाहट आती है कि वह समझदारी से व्यवहार नहीं करते। जबकि उनके अन्य साथी चौकन्ने रहते हैं, वह अपनी सुस्त प्रकृति के कारण मौका चूक जाते हैं। लोग उनके सीधेपन का नाजायज़ फ़ायदा उठा लेते हैं, इस कारण से उन्हें आर्थिक घाटा भी हो जाता है। मैं मानती हूँ ऐसी बातें किसी भी पत्नी की परेशानी बढ़ाने के लिए काफ़ी हैं, पर आप एक मनोवैज्ञानिक तथ्य याद रखें। आपने देखा होगा कि कई महिलाएँ व्यवस्था करने, रोज़गार सँभालने और व्यवहारकुशलता तथा बातचीत में पुरुष से अधिक पटु होती हैं। वे साहसी और निडर भी होती हैं। उनमें पुरुषों के सदृश ज़िम्मेदारी सम्भालने की योग्यता होती है। अब इसी तरह कई पुरुषों में स्त्रीत्व-प्रधान गुण होते हैं। उनमें कोमल भावनाएँ अधिक विकसित हो जाती हैं। वह भावुक और सरल होते हैं। उन्हें कठोरता, चालबाज़ी, संघर्ष करना नहीं भाता।

प्रायः देखने में आता है कि ऐसे पुरुषों को सौभाग्य से पुरुषत्वप्रधान गुणवाली पत्नी मिल जाती हैं। इस प्रकार कुदरत स्वयं ही स्त्री के रूप में उनका पूरक जुटा देती है। अब ऐसी पत्नी को चाहिए कि अपने पति की कोमल भावनाओं को विकसित करे, उसकी सराहना करे, उसके चरित्र की पवित्रता, प्रेम की एकनिष्ठा और भोलेपन की दाद दे। पत्नी की सहानुभूति और प्रेम पाकर ऐसे पति प्रायः सच्चे जीवन-साथी प्रमाणित होते

हैं और यदि स्त्री अपनी कटु आलोचना और लांछन द्वारा ऐसे भोले महादेव पति के आत्म-सम्मान को बार-बार चोट पहुंचाने की ग़लती करती है तो सोये हुए सिंह की तरह जाग्रत होकर वह कुछ कड़ी बात कह देता है कि 'जाओ, मुझे तुम्हारी बात नहीं सुननी, कर लो जो करना है !' ऐसी परिस्थिति में कई पुरुष तो घर से भाग तक जाते हैं। इसलिए मेरी चेतावनी पर ध्यान रखें, आप कर्कशा पत्नी कभी मत बनें। कर्कशा नारी पारिवारिक जीवन का सबसे बड़ा अभिशाप है।

3. फिजूलखर्ची और दिखावे से दूर रहें। पुरुष मुसीबत में स्त्री के आगे हाथ पसारता है। आड़े-भिड़े में सुगृहिणी ही पति को उबारती है। यदि आप पति से चोरी-चोरी अपना खर्च बढ़ाती जाती हैं तो समझ लें कि आपके परिवार की नैया आर्थिक चट्टान से टकराकर चूर-चूर हो जाएगी। देखने में आता है कि कई परिवारों का जीवन इसी आर्थिक चट्टान से टकराकर नष्ट हो जाता है।

4. आप अपने पति की तुलना अन्य पुरुषों से कभी मत करें। इससे पुरुष के आत्म-सम्मान को चोट लगती है। जिस पुरुष से आपने उसकी तुलना की है उसके प्रति द्वेष और ईर्ष्या की भावना जाग्रत हो जाती है, यहाँ तक कि हृदय में सन्देह भी घर कर जाता है। यदि आप चाहती हैं कि आपके पति भी आपके आदर्श और रुचि के अनुकूल व्यवहार करें, वेशभूषा सँवारें तो आलोचना के ढंग से नहीं अपितु प्रेरणा और अनुरोध के ढंग से हँसी-ठिठोली में, सहज भाव से उन्हें सुझाव दें और जब वे वैसा करने का प्रयत्न करें तो उनकी प्रशंसा करें।

5. भगवान ने स्त्रियों को बात को भाँप लेने, संकेत और अनुरोध से अपनी बात समझा देने की एक स्वाभाविक कला दी है। आपने देखा होगा कि छुटपन में भी लड़के बाप से अपनी बात नहीं मनवा पाते पर लड़कियाँ अपनी मिठास, विनम्रता, दुलार से वही बात मनवा लेती हैं। यह तिरिया-निपुणता स्त्री का एक अचूक हथियार है। इसके लिए स्त्री को वाक् पटु होना जरूरी है। स्त्री के व्यक्तित्व का प्रभाव और बातचीत के रस का पुरुष लोभी है। जहाँ प्यार और निहोरा देकर बात मनवाई जा सकती है वहाँ व्यंग्यबाज़ी और कटु वचन उल्टा प्रभाव दिखाते हैं। या तो पुरुष कर्कशा स्त्री की बात को कोई कान नहीं देता अथवा उसे अधिक कटु शब्द और डाँट-डपट द्वारा चुप करा देता है। इसी-लिए समझदार स्त्रियों को अपनी इज़्ज़त ऐसी परिस्थिति उत्पन्न कर जोखिम में नहीं डालनी चाहिए।

6. अपने पति से छिपाकर किसी से कुछ लेना-देना न करें। न ही किसी काम की योजना ही बनाएँ। क्योंकि एक झूठ को छिपाने के लिए आपको हज़ार झूठ बोलने पड़ेंगे। अन्त में जब बात खुलेगी तो आप अपने पति का विश्वास खो बैठेंगी। फिर आपके पति आपको घर की एक जिम्मेदार गृहिणी नहीं समझेंगे। घर का खर्चा आपको नहीं सौंपेंगे। आपके निर्णय का आदर नहीं करेंगे। ऐसी शोचनीय परिस्थिति में क्या आपका जीवन भार नहीं हो जाएगा ?

7. आजकल पढ़े-लिखे स्त्री-पुरुषों का सामाजिक जीवन साझेदारी पर फल-फूल रहा है। पहले ज़माने की तरह स्त्रियां परदे में बन्द नहीं हैं। उत्सवों, सभाओं और दावतों में पति-पत्नी साथ ही साथ शामिल होते हैं। उनके व्यवहार में आधुनिक दृष्टिकोण होने के कारण अपने मित्रों की पत्नियों और सहेलियों के पतियों के प्रति उनका व्यवहार काफी निस्संकोच होता है। कभी ऐसा भी मौका आ सकता है कि किसी पार्टी में पहले की आपके पति की कोई प्रशंसिका या सहेली अब स्वयं अपने पति के साथ आए। आप उसके प्रति किसी तरह का मलाल मत रखें। यदि आपके पति उसके प्रति कुछ अधिक सहृदय हैं तो इतनी-सी बात से आपको ईर्ष्यालु नहीं होना चाहिए। इस प्रसंग में मुझे एक मिलिट्री आफीसर की पत्नी की बात याद आई। उसका पति बहुत अच्छा गवैया है। शादी से पहले वह सभी पार्टी और यूनिट में बड़ा लोकप्रिय था। महिलाएं तो उस की इस कला पर लट्टू थीं। जब उसकी शादी हुई तो उसकी पत्नी उसकी पूर्व परिचित सभी महिलाओं से द्वेष करने लगी, यहां तक कि उसने सभाओं में पति के गाने पर भी रोक लगा दी। इस पर उसके पति के पूर्व परिचितों ने कहना शुरू किया कि 'मेजर मलिक तो शादी के बाद बहुत बदल गए हैं। पत्नी ने बड़ा जबर्दस्त क़ब्ज़ा कर रखा है उन पर।' उसकी पत्नी यह सुनकर और भी चिढ़ गई और उसने अपने पति की प्रशंसक महिलाओं की बदनामी करनी शुरू की। इसका परिणाम यह हुआ कि मेजर मलिक अपने मित्रों का सहयोग और विश्वास खो बैठे। इससे उनकी तरक्की भी रुक गई। इससे उनके मन में पत्नी के प्रति इतनी कटुता व्यापी कि दो साल तक तो उन्होंने उसे पीहर छोड़ रखा। उसके बाद भी वह प्रायः नॉन फेमली स्टेशन पर ही अपनी पोस्टिंग करवाते रहे। अब देखिए कि पत्नी की मानसिक अपरिपक्वता का कितना बुरा परिणाम निकला।

8. आपके पति के मित्र आपसे भाभी या साली का नाता जोड़कर हँसी-मजाक भी करेंगे। हरदम आपके पति आपको बचाने नहीं आ सकते। इसीलिए यह आप पर निर्भर करता है कि आप हँसी-मजाक की मर्यादापूर्ण सीमा का किसी पुरुष को उल्लंघन न करने दें। न तो आप किसी से चुभती या खुली मजाक करें, न किसी को अधिक लिफ्ट दें। अगर कभी किसी ने कोई अशिष्टता कर दी है तो अपने पति के कान भर कर उन्हें लड़ने के लिए उभार मत दें। सच्चरित्र महिला से कोई पुरुष अशिष्टता करने की ग़लती नहीं कर सकता। आपका चरित्र-बल और व्यवहार-कुशलता ही उनको डराने के लिए पर्याप्त होनी चाहिए।

9. अपने पति के सामने ही आप हँसी-मज़ाक में भाग लें। उनकी अनुपस्थिति में उनके किसी मित्र को घर पर आने या मिलने-जुलने का बढ़ावा मत दें और न ही अपने पति से छिपाकर उनसे कुछ सलाह-मशविरा करें। क्योंकि आपकी कमज़ोरी या भूल में सहयोग देकर वे आपसे नाजायज़ घनिष्टता स्थापित करने की चेष्टा कर सकते हैं। अतएव राख के नीचे छिपी चिनगारी पर भूलकर भी पाँव रखने की बेपरवाही मत करें।

पुरुषों के ध्यान रखने की बात—व्यवहार में सावधानी तो दोनों ओर ही होनी

चाहिए। विवाह असल में एक प्रकार का आत्मदान है। यह चरित्र और व्यवहार की मर्यादा पर टिका हुआ है। सारे बन्धन स्त्रियों के लिए बनाकर यदि पुरुष-समाज वैवाहिक जीवन की सुरक्षा की कल्पना करे तो असम्भव है। पुरुषों के द्वारा निम्नलिखित बात विचारणीय हैं—

1. नारी के स्वभाव की बारीकियों को समझें। वह अपना सब-कुछ देकर आपसे प्रेम की सुरक्षा की माँग करती है। वह आपकी विवाहिता है, खरीदी हुई दासी नहीं। आपके होनेवाले बच्चों की माँ है। आपके सपनों की रानी है। आपके घर की स्वामिनी है। ऐसे महत्त्वपूर्ण व्यक्ति की कोमल भावनाओं और मान की रक्षा करना, उसके प्रेम और सेवाओं का मूल्यांकन करना आपका फर्ज है। मैं निम्न मध्यमवर्ग में शोषिता नारियों की कहानी जानती हूँ। वहाँ पुरुष को यह कहते कुछ हिचक नहीं होती कि 'मेरे घर में जैसे मैं कहूँ वैसे रहना होगा, नहीं तो चली जा अपने पीहर!' पति और परिजनों से इस प्रकार ठुकराई जाकर पत्नी तो चौगान की गेंद बन जाती है, जिसके पास पहुँचे वही ठोकर जमा दे। ऐसी स्थिति में नारी छल-कपट से काम न ले तो क्या करे?

2. अब जमाने का यह तकाजा है कि पुरुष जब तक अपने परिवार का बोझ सँभालने लायक न हो जाय उसे विवाह नहीं करना चाहिए। लोगों के रहने का स्तर उठ रहा है। पर साथ ही साथ बेरोजगारी और मंहगाई भी बढ़ रही है। ऐसी सूरत में केवल रोटी-कपड़ा देकर पत्नी के रूप में कठोर परिश्रम कराने के लिए एक दासी लाने की ग़लती कभी मत करें। इससे उस युवती का जीवन तो कटु होगा ही आप भी पारिवारिक कलह से ऊब जाएंगे। जब पत्नी लाते हैं तो उसकी जिम्मेदारी भी समझें। पत्नी की जिम्मेदारी आप पर है, माँ-बाप पर नहीं। आर्थिक कठिनाइयों में विवाह करना एक महाभूल है। जो पुरुष कमाता नहीं, वह कमजोर है। गरीबी उसे और भी हीन बना देती है। उसका बुरा प्रभाव उसके दाम्पत्य जीवन पर भी पड़ता है। कहावत है 'कमजोर की बीवी मोहल्ले की भाभी'। अगर आप मजबूरी में शादी कर बैठे हैं तो अगला कदम सँभालें। जब तक आर्थिक सुरक्षा न हो, बच्चे पैदा करने की भूल मत करें।

3. पारिवारिक कलह से अपनी पत्नी की रक्षा करें। उसकी ओट में आप खुद बचने की कोशिश मत करें। यदि कुछ अड़चनें और असुविधाएँ हैं तो आप अपनी पत्नी का सहयोग प्यार से प्राप्त करें। वह चुपचाप सह लेगी, यदि आप उसके सहयोग और त्याग की प्रशंसा करेंगे। पर 'मुर्गी जान से गई और खाने वाले को स्वाद भी नहीं आया' ऐसी परिस्थिति में पत्नी विद्रोह करती है। आप उसका विश्वास और श्रद्धा भी खो बैठेंगे। जब वह आपको सहयोग देने को तैयार है तो उसकी प्रशंसा करें। उसके मान की रक्षा करें। सास, ननद, जिठानी आदि के कटुवचनों और प्रपंचों से उसे बचाएँ।

4. नवविवाहिता जो कुछ दहेज, उपहार आदि साथ लाती है, वह उसकी सम्पत्ति है। वे उसके शौक और जरूरत की चीजें हैं। अपना घर जमाने का हर गृहिणी को शौक होता है। अतएव उसकी वे चीजें बिना उसकी मर्जी के किसी को नहीं लेने दें। ऐसा करने

[illegible]

5. अपनी पत्नी से मधुरता से, प्यार से और शिष्टाचार से व्यवहार करें। झिड़क कर, उपेक्षा दिखा कर उस का दिल मत तोड़ें। यदि आप चिन्तित हैं, परेशान हैं तो उसे अपनी परेशानी बताएँ। पत्नी का एक रूप माता का भी है। वह दुखी और निराश पति को माता की तरह ही अपने आंचल में समेट लेती है। इस शान्तिदायिनी, भावुक पत्नी का आप आश्रय लें। वह आप की सब चिन्ताएँ दूर कर देगी। वह आपकी आश्रिता है, दुःख-सुख की साथिनी है। आप उसके सिर का ताज हैं, उसके रक्षक हैं। सोचिए, पति के बल पर ही स्त्री अकड़ती है, सिर उठा कर चलती है, दुनिया का सामना करने का साहस पाती है। उसे यह शक्ति आपकी ही दी हुई है। इसलिए कठोर वचनों से उसका मन मत तोड़ें। आप झुँझलाकर एक चुभती बात कहकर या झिड़की देकर चले जाते हैं, परन्तु स्त्री उसी को लेकर दिनभर घुनती है। रात को आपके दिल से तो वह घटना उतर गई, अपनी कही बात का आपको ध्यान ही नहीं, पर आपकी पत्नी लू से झुलसी लता-सी आप के अंक में पड़ी है। आपका पुंसत्व उसकी उदासी को दूर नहीं कर सकेगा। लीजिए, नमाज बख्शाने गए थे, रोजे गले पड़ गए। अब आपका सारा आनन्द किरकिरा हो गया। याद रखें, यदि आप अपना दाम्पत्य-सुख बनाए रखना चाहते हैं और अपने पुंसत्व को सुर्खरू करने के लिए अपनी सेज की साथिन का सहयोग चाहते हैं तो कटु वचन कभी मत बोलें। अपने पति से प्राप्त धन-धान्य, ऐश्वर्य आदि की कोई पत्नी इतनी प्रशंसा नहीं करती जितना कि उसे इस बात को कहने में गौरव होता है कि 'मेरे उन्होंने आज तक मुझे कभी भी कोई कड़वी बात नहीं कही। मेरे मन को ठेस नहीं पहुँचाई।'

मैंने अमीरों की औरतों को दस-दस आँसू रोते देखा, क्योंकि उन्हें आए दिन पति की झिड़कियाँ सुननी पड़ती हैं। बात का घाव बहुत गहरा होता है। वह प्रेम में आस्था को हिला देता है। जब मन बुझ जाय तो हीरे-मोती का शृंगार भी प्रसन्नता नहीं देता। जो स्त्री पति के हृदय की रानी है, उसमें सहनशक्ति व आत्माभिमान अधिक होगा। वह सिन्दूर की बिन्दी लगाकर और कांच की चार चूड़ियाँ पहनकर ही अपने को सुखी और सौभाग्यवती समझेगी। प्रेम के मद में मस्त वह फूली न समाएगी।

6. कहावत है 'सौत तो चून की भी बुरी'। इसलिए पत्नी के साथ कभी बेवफाई न

करें। याद रखें राम जैसे मर्यादा पुरुषोत्तम ही सती सीता के हाथ के अधिकारी थे, लम्पट रावण-से पुरुष नहीं। कुछ पुरुषों में ऐसी आदत होती है कि वे ठरकी होते हैं। लुब्ध भौंरे की तरह फूल-फूल से रस लेने में उन्हें आनन्द आता है। विशेष करके जबकि वे प्रौढ़ावस्था को प्राप्त कर लेते हैं तो पत्नी में उन्हें कोई आकर्षण नजर नहीं आता। शरीर से भी वे अशक्त हो जाते हैं, फिर भी उन्हें अधिक रोमांटिक होकर परस्त्रियों का आलिंगन और चुम्बन करके शरीर में उत्तेजना प्राप्त करने का शौक हो जाता है। पुरुष का यह अपराध कभी क्षमनीय नहीं है। गतयौवना पत्नी के साथ उनकी यह बेवफाई बहुत लज्जा की बात है।

7. स्त्री को भी प्रशंसा, बड़ाई, प्रेरणा चाहिए। पुरुष का यह कर्तव्य है कि वह अपनी पत्नी के प्रति एक प्रेमी का कर्त्तव्य बराबर निभाता रहे। इससे प्रेम की ताजगी बनी रहती है। यदि स्त्री का मन पति की दिलजोई से तृप्त रहे तो वह अपनी काम-वासना की माँग की ओर अधिक ध्यान नहीं देती। प्रौढ़ावस्था को प्राप्त पुरुषों को इस ओर विशेष सावधान रहना चाहिए। स्त्री सँजती-सँवरती है, पर यदि पति उसके रूप-शृंगार की प्रशंसा नहीं करता तो उसे जीवन में बड़ा सूनापन लगता है। पति के प्यार से वह तुष्ट नहीं होती। पत्नी को यदि घर सजाने, बच्चों की सार-सम्हाल करने या बागवानी तथा अन्य बातों का शौक है तो पति को भी उसमें दिलचस्पी लेनी चाहिए। कम से कम पत्नी के शौक की दाद तो दे। कभी भूलकर भी पत्नी के पीहरवालों की आलोचना न करे। इससे प्रत्येक स्त्री चिढ़ती है।

इस प्रकार पति-पत्नी एक-दूसरे का प्रिय करते हुए अपने प्यार की बेलि को हमेशा हरा-भरा रख सकते हैं। किसी का हो जाना ही काफी नहीं है, किसी को अपना बना लेने की भी यथाशक्ति कोशिश करनी चाहिए। पति-पत्नी के लिए एक साथ रहना ही पर्याप्त नहीं, एक होकर रहना ही वाञ्छनीय है।

प्रणय भाव को बनाए रखें—यौवन बीत जाने पर अनेक दम्पतियों का पत्नी के साथ सम्बन्ध और सहवास दाल-भात का कौर-सा बन जाता है। युवावस्था में जैसे एक-दूसरे को आँखों-आँखों में ही बहुत कुछ कह जाते थे, जरा से स्पर्श, प्यारभरे सम्बोधन से हृदय में प्रेम उछालें मारने लगता था, वह भाव प्रौढ़ावस्था आने तक मानो लुप्त हो जाता है। अनुभूति की तीव्रता की कमी के कारण यह अभाव पैदा होता है। मन में जिन्दादिली की कमी से अनुभूति सुस्त पड़ जाती है। एक दूसरे के शरीर पर अधिकार समझने से भी ऐसा होता है।

एक महानुभाव ने ठीक ही कहा है कि विवाह की मुहर लग जाने के बाद पति-पत्नी इतने लापरवाह हो जाते हैं कि कोमल अनुभूतियों की तो बात अलग, व्यावहारिक शिष्टता को भी भूल जाते हैं। विवाह से पहले अपने व्यक्तित्व के सबसे आकर्षक रूप को प्रकट करने वाले युवक-युवती भी विवाह के बाद अपने निकृष्ट से निकृष्ट रूप को प्रगट करने में संकोच नहीं अनुभव करते।

पत्नी में पति को रिझाने की क्षमता भी नहीं रह जाती। पति को पत्नी के नाजो- [illegible] हो जाता है। बात-चीत, [illegible]—सबमें [illegible] आ जाती है। जो [illegible] सहानुभूति के [illegible] भारी हो जाते हैं।

युवावस्था में जो पति पत्नी को खुश करने के लिए मीठी-मीठी बातें करता था, उसके वियोग में तड़पता था, उसे प्रसन्न करने के लिए उपहार लाकर देता था, उसके साथ कुछ क्षण एकान्त में बिताने के लिए छटपटाता था, उसके रूप की प्रशंसा करता था, प्रौढ़ावस्था में वह पति पत्नी का प्रिय करना भूल जाता है, या उसकी जरूरत महसूस नहीं करता। इसी से उसके प्रेम-प्रदर्शन में वह आकर्षण और तीव्रता नहीं रह जाती।

कई पुरुष अपनी प्रौढ़ आयु में पत्नी के प्रति रसिकता दिखाने की जरूरत ही नहीं समझते। यदि उनकी पत्नी उन्हें किसी काम के लिए या सिनेमा या किसी समारोह में जाने के लिए कहे तो वे झट इनकार कर देते हैं। पर यदि पड़ोसिन, मित्र की पत्नी, या पत्नी की सहेली फर्माइश करे तो झट तैयार हो जाते हैं। इससे पत्नी को दुःख होता है।

यह बात नहीं कि स्त्री निर्दोष है। वह भी पहले जैसी प्रेमालु नहीं रहती है। पहले वह पति के लिए सज-संवरकर आँखें बिछाए बैठी रहती थी। उसका प्रिय करने के लिए उतावली रहती थी, अपनी मोहक अदाओं और हाव-भाव से वह उसे रिझाए रखती थी। अनुनय-विनय, रूठकर, मनकर, रीझकर, लिसियाकर वह उसे मुग्ध करती थी। अपने प्रियतम के वियोग में तड़पती और संयोग में आनन्द से खिल उठती थी। अटपटे शब्दों में, संकेतों से अपना मनोरथ और सन्तोष प्रकट करती थी। प्रेम के आदान-प्रदान में उसे संन्तुष्टि और सुख मिलता था। इन सब बातों को अब वह भी आवश्यक नहीं समझती। घर का काम-काज, बाल-बच्चों की सार-सँभाल में ही उसका सारा दिन बीत जाता है। वह यह भूल गई है कि पति को भी अपने रूप और गुणों की प्रशंसा कराने की भूख है। वह सजता-सँवरता है, काम में सफलता पाता है, पर उसकी पत्नी उसकी ओर प्रशंसा-भरी मुसकान नहीं बिखेरती। बल्कि उसके मित्र, मित्रों की पत्नियाँ, बहन, साली, सलहज तथा

सहेलियाँ ही उसके गुणों, उसकी वाक् पटुता, उसकी ज़िन्दादिली की दाद देती हैं। फिर तो यह स्वाभाविक ही है कि वह उनको रिझाने की चेष्टा करेगा। इस पर स्त्री ईर्ष्या से भर उठती है। वह यह क्यों भूल जाती है कि अपने पौरुष की, सहयोग की, चेष्टाओं की और ज़िन्दादिली की दाद पुरुष को अपनी पत्नी से मिलनी चाहिए। उसकी यह भूख जब पत्नी शान्त नहीं करती तो वह दूसरी ओर मुड़ता है।

अब दोनों को यह अरमान है कि प्रौढ़ावस्था मे भी बच्चे हुए, सग हुआ पर यौवन की वे रंगीली रातें फिर नही लौटी। लौट तो सकती हैं, यदि पति-पत्नी 'रोमास' बनाए रखने की चेष्टा करें। एक-दूसरे के लिए केवल नर और मादा बनकर न रह जायें। आयु की अधिकता, घर-बार और बाल-बच्चों को भूलकर क्षण भर केवल प्रिय और प्रियतमा बनकर एक-दूसरे को रिझाएँ, प्रसन्न करें और वासना से ऊपर उठकर आत्मिक मिलन के सुख मे आनन्दविभोर हो जाएँ। अपने से अधिक दूसरे के सुख-प्रसन्नता का ध्यान रखें, मीठे सम्बोधनों और सुखद स्पर्श से एक-दूसरे को निहाल करें। लेने की अपेक्षा देने को उतावले रहे, हार मे भी हँसकर जीत का अनुभव करें।

पति-पत्नी का सम्बन्ध बहुत ही आकर्षक, सुन्दर और रहस्यमय है। इसका सौन्दर्य आयु के साथ घटना नही अपितु बढ़ना चाहिए। प्रेम की चाशनी दिन पर दिन पककर गाढ़ी और पक्की बन जाती है, उसमें चेप अधिक होनो स्वाभाविक है। सोचिए आप दोनो एक साथ चलकर कितना मार्ग पीछे छोड़ आए हैं, दोनों ने मिलकर गृहस्थी का निर्माण किया है, दोनो के प्रतीक बच्चे हैं; जीवन के सर्द, गर्म और बसन्ती हवाओं का

दोनों ने साथ ही अनुभव किया है। स्त्री-पुरुष के रहस्य के समझने में सहयोग दिया है। आप परस्पर की कितनी गोपनीय घटनाओं के साक्षी हैं, फिर भला प्रौढ़ावस्था में इन्हें याद करके क्या रोमांस मुरझा सकता है? केवल अतीत ही रंगीन था, ऐसा ही न सोचें, परन्तु वर्तमान को भी रंगीन बनाएँ। इतने दिन साथ रहकर दोनों के स्वभाव के तीखे कोने प्रायः घिसकर चिकने हो गए हैं। अब तो एक-दूसरे के व्यक्तित्व की छाप परस्पर उभर आई है। दोनों की आदतें, दृष्टिकोण, रुचि, रहन-सहन का तौर-तरीका एक-सा हो गया है। एक-दूसरे की ठिठोली, मज़ाक, इंगति, अभिप्राय समझने लग गए हैं। फिर भला इतनी समीपता, एकता और सान्निध्य पाकर जीवन नीरस क्यों बना रहे?

यह बड़े दुख की बात है यदि पति-पत्नी आपस में एक दूसरे के प्रति इतने शुष्क हो जाएँ कि वृद्धावस्था में रोमांस की किरण उनके जीवन में चमके ही नहीं। शुष्क नीरस और बोझिल जीवन बड़ा एकाकी हो जाता है। मन होता रहता है। प्रेम की हरियाली सूख जाने पर जीवन-यात्रा रेगिस्तान की यात्रा-सी कष्टदायी बन जाती है। धन-धान्य-परिजन होते हुए भी उनका जीवन अपूर्ण-सा विरक्ति से भरा हुआ बीतता है। दो-चार दम्पति मैंने ऐसे दुखी देखे हैं उनकी कहानी सुनकर मेरा दिल पीड़ा से कराह उठा। पुरुष तो बाहरी जीवन में अपने दुख को भूल भी सका पर पत्नी तो जीवित लाश की तरह ही दिन काट रही थी। ऐसी परिस्थिति बड़ी कष्टदायी होती है।

यदि थोड़ी-सी समझदारी तथा सच्चाई हो तो रोमांस की कमी वृद्धावस्था तक नहीं होनी चाहिए। घर में बहू-बेटे को देखकर अपने ब्याह और प्रारम्भिक दाम्पत्य जीवन की याद आती है। कन्या दामाद की प्रेम-कलह में अपने यौवन की नादानी झलकती है। आप उनको देखकर हंसते हैं, मुसकराते हैं और आँखों-आँखों में ही मानो एक-दूसरे को कह जाते हैं—'देखो जी, हम भी ऐसी नादानी करते थे। एक-दूसरे से रूठ जाया करते थे। ऐसा मनोमालिन्य हो जाता था मानो जन्मभर एक-दूसरे का मुँह नहीं देखने की प्रतिज्ञा कर बैठते थे और दो दिन के बाद ही फिर ऐसे अधीर होकर मिलते थे मानो वियोग से तड़प गए हों। उदासी के बादल फट जाते थे और हँसी-खुशी की चाँदनी छा जाती थी।'

आपके प्रेम और रोमांस की झलक पाकर बहू-बेटे और लड़की-दामाद को भी प्रेरणा मिलती है। वे परस्पर कहते हैं—'देखो, माँ को पिताजी कितना प्यार करते हैं और मां भी कितनी सेवा करती है उनकी। इनके विवाह को तीस वर्ष हो गए हैं, परन्तु परस्पर इतना आकर्षण और प्रेम है कि एक-दूसरे के बिना कुछ दिन भी नहीं रह सकते। काश कि हम लोगों की भी ऐसी ही कट जाय तो सौभाग्य समझें!'

गृहनीति

संसार में प्रत्येक संस्था, समाज, दल और देश की अपनी-अपनी नीति है। हरेक का आधार कुछ नियम, कुछ पॉलिसी, कुछ आदर्श होते हैं। इसी प्रकार गृह-नीति की भी अपनी मौलिकता है। जो दम्पति गृह-नीति के जानकार होते हैं उनकी अच्छी निभ जाती है। ऐसे व्यक्ति व्यवहार-चतुर, वाक्पटु और संतुलित मस्तिष्क वाले होते हैं। मुंह-फट, अधीर और जल्द घबरा जाने वाले व्यक्ति इस मामले में अनजान ही होते हैं। कुछ उदाहरण दूँ तो बात अच्छी तरह स्पष्ट हो सकेगी।

श्यामा की शादी पक्की हो गई, तब उसके किसी परिचित ने उसकी माता कृष्णाजी से कहा, "बहन, सुना है कि आपकी समधिन बड़े तेज मिजाज की है ऐसा न हो कि लड़की दुख पाए।"

कुछ सोचकर कृष्णाजी ने कहा, "मैं जहाँ तक समधिन को समझ पाई हूँ मुझे तो वह एक अक्लमन्द और चतुर औरत ही लगी है। आखिर मैंने भी तो अपनी लड़की को कुछ व्यावहारिक ज्ञान सिखाया ही है। चलो, ब्याह के बाद इसकी परीक्षा ही हो जाएगी।"

रोज भी, व्याह हो गया। श्यामा तो बहुत ही भोली और प्रेमालु स्वभाव की लड़की थी। उसने बाद में मुझे बताया कि उसने एक नीति अपनाई। ससुराल की बात न तो कभी पीहर में कही, न पीहर की बात ससुराल में। दूसरी बात यदि उसे किसी ने लेने-देने अथवा सम्बन्धियों की खातिर के विषय में सहेली से कुछ बताया तो भी वह उनकी बात को अनसुनी सी कर गई। अपने पति के स्वभाव को वह भली प्रकार समझ गई थी कि वह न्यायपसन्द है। न तो मां की बात ही सुनाने देंगे और न पत्नी की सिखावट में आएंगे। बस, उसने सास की कभी कोई शिकायत अपने पति से नहीं की। अगर करती तो घर में जरूर कलह मचती। सास भी बड़ी समझदार निकली। उन्होंने भी बहू को प्यार-दुलार से रख लिया। बहू ने भी सास को मान दिया। नतीजा यह हुआ कि जो सास कर्कशा, झगड़ालू और तेज आदि नामों से बदनाम थी, उसी की चारों ओर कीर्ति फैल गई। बड़ी बहू ने भली प्रकार निभा ली। उसी नीति को अन्य दोनों छोटी बहुओं ने भी अपनाया और आज वह घर आदर्श सास-बहुओं और बेटे वाला घर समझा जाता है।

कभी-कभी ऐसा भी होता है कि सास-बहुओं में बनती नहीं। मनोहर के साथ भी ऐसी ही गुजरी। उसकी मां सब तरह से उसी पर निर्भर करती थी। पर उसकी पत्नी सास को साथ रखने को तैयार नहीं थी। मनोहर ने तीर्थलाभ के बहाने मां को बनारस में रख दिया और पत्नी को बिना बताए वह उसे सौ रुपया महीना भेजता रहा। अब अगर वह पत्नी से इस बात का जिक्र करता है तो जरूर कुछ खटपट होती।

कई बार गृहिणी को भी घर के खर्च, बच्चों की जरूरतों के लिए या अपने व्यक्तिगत खर्च के लिए कुछ पैसा बचाना पड़ता है। ऐसी बचत वह माहवारी खर्च में काट-कपट कर करती है। कई जगह जात-बिरादरी में लेना-देना पड़ता है। अब ऐसी बातों के लिए गृहस्वामी माँगने पर तुरन्त पैसा देने को राजी नहीं होता। गृह-नीति प्रवीण महिलाएँ ऐसे सब काम चतुराई से बना लेती हैं।

परिवार में शान्ति और गृह-कलह से बचने के लिए कभी-कभी अनदेखी, अनसुनी भी करनी पड़ती है। बड़े-बूढ़ों की आदत रोक-टोक करने की होती है। यदि आप उनसे बहस करने लगें तो किसी निर्णय पर भी नहीं पहुँच सकेंगे। इसी तरह घर में बच्चे भी अपनी बालहठ और नादानी के कारण आपका कभी-कभी कहना नहीं मानते, आपसे कई बातें छिपा जाते हैं, बिना बताए कहीं चले जाते हैं। अब यदि आप एक दरोगा की तरह हाथ में डंडा लिए हरदम उनके पीछे लगे रहें तो न तो आपको चैन होगा, न बच्चों का विकास स्वाभाविक ढंग से हो पाएगा।

दूसरी बात समझने की है कि आदतें मनुष्य का स्वभाव बन जाती हैं। कई लोग अधिक सफाई पसन्द होते हैं, कई बेपरवाह। आप अपने जीवनसाथी की आदत धीरे-धीरे प्यार से ही बदल सकते हैं। एक-दो बार कहने से यदि वह अपनी आदतें नहीं छोड़ते तो आप झुँझलाती हैं, उन पर बिगड़ती हैं। इससे कहा-सुनी बढ़ती है, और फल कुछ नहीं निकलता। मेरी एक सहेली अपने पति के टेबल मैनर्स से बड़ी परेशान थी। खाते समय वह

थाली तो सानते ही थे, अपनी अंगुलियां, मुंह, यहां तक कि मेज और अपनी बुश्शर्ट पर भी गिरा लेते थे। खाते समय मुंह से चपचप आवाज करते। रसेदार चीज को सुड़प-सुड़प खाते। पत्नी कहती कि उनके साथ बैठकर खाना खाना मुश्किल हो जाता है। खाते समय एक प्रकार का तनावपूर्ण वातावरण छा जाता है। मगर पति अपनी आदत नहीं सुधार सके। कई बार पत्नी ने रोका-टोका तो पति खाना छोड़कर उठ गए, हारकर पत्नी ने कहना छोड़ दिया।

कुछ साल बाद उनकी पत्नी मुझे मिली तो मैंने इस विषय में क्या प्रगति हुई यह उससे पूछा। तो बोली, "जो आदत मैं नहीं सुधार सकी वह मेरे सात वर्ष के मुन्ने ने

सुधार दी। जब वह मेज पर खाना खाता तो अपना एपरेन बांधकर बड़ी सफाई से खाता। उसके डैडी को बड़ी शर्म लगती जबकि मुन्नू टोकता कि डैडी ने हाथ सान लिए या मेज पर गिरा दिया, अथवा चपचप करके आवाज की। इन्सान अपने बच्चे के आगे दोषी नहीं बनाना चाहता। इसलिए बच्चे को मानव का गुरु माना गया है।

पति-पत्नी में परस्पर एक-दूसरे की कमी, दोष और असमर्थता को सहने की आदत होनी चाहिए। इन्सान कमजोरियों का पुतला है। प्रत्येक व्यक्ति की अपनी-अपनी रुचि होती है। इन रुचियों का एक-दूसरे को सम्मान करना चाहिए। एक दूसरे के भेद, दुर्बलताओं की छीछालेदर नहीं करनी चाहिए। समझदार दम्पति नीचे लिखी बातों का हमेशा ध्यान रखें—

(1) दुख के समय के लिए कुछ धन अवश्य बचाते जाएं। यह नियम बना लें कि आमदनी का दसांश बचाकर अवश्य रखेंगे।

(2) [illegible] समझ [illegible] मतभेद [illegible]

(3) [illegible]

(4) मतभेद होने पर भी सब के सामने एक-दूसरे से मत उलझ बैठें। इससे बात का तमाशा बनता है। [illegible] किसी बात में विरोध मत लें। बात ठीक भी हो तब भी अपनी असहमति [illegible], "इससे और [illegible] बात पर [illegible] सकूँगी।"

(5) घर के पैसे के मामले और लेन-देन में पति को अपनी पत्नी का जरूर ध्यान रखना चाहिए। अपने बहन, भाई, माँ, भतीजे आदि को कुछ उपहार, पैसे या और कुछ सुविधा देनी हो तो अपनी पत्नी के माध्यम से दें। इससे उस का मान बढ़ेगा। आम घरों में गृहस्वामी ही इस मामले में कर्त्ताधर्ता बन जाता है, सभी रिश्तेदार पत्नी की उपेक्षा करते हैं। क्योंकि वे यह बात समझ लेते हैं कि इसके हाथ में तो 'पावर' है ही नहीं।

(6) गृह-व्यवस्था, बच्चों के लालन-पालन, घर के खर्चे आदि में पत्नी की राय को महत्व देना चाहिए। अपने घर की परम्परा, बजट, इंश्योरेंस की पालिसी, प्रीतिभोज दावत तथा अन्य साधारण कामों के निर्णय में पति का मार्ग-प्रदर्शन करें।

(7) पड़ोसियों के प्रति मिलनसारी रखें पर इतने भी मीठे न बन जायें कि लोग आपको चाट जायें; और इतने भी कड़वे न हों कि लोग थू-थू करने लगें। मिलनसारी में मध्यम मार्ग को अपनाना चाहिए।

(8) बीमारी, असफलता या चिन्ता में एक-दूसरे के प्रति उदासीन कभी मत हों। इसमें जीवन-साथी को उम्र भर शिकायत बनी रहती है। इसी तरह एक-दूसरे की विजय, सफलता, खुशियों और पसन्द में हमेशा शामिल होकर प्रेरणा दें। याद रखें कि छोटे-मोटे उपहार, शुभ कामनाएँ, प्रेरणा के दो शब्द पति-पत्नी को एक-दूसरे के अधिक समीप ला देते हैं। उनकी मित्रता को दृढ़ करते हैं। इन छोटी-छोटी बातों की उपेक्षा नहीं करनी चाहिए।

(9) जीवन में कभी-कभी ऐसे मौके भी आते हैं कि जीवनभर अनचाहे का साथ हो जाता है। हर बात का तलाक इलाज नहीं है। इन्सान को परिस्थितियों का दास बनकर भी गुज़ारा करना पड़ता है। उस समय सच बोलें पर अप्रिय सच न बोलें, ऐसी नीति

अपनानी पड़ती है। कभी-कभी लड़ाई मिटाने के लिए चुप रहने में ही भला होता है। जब कभी-कभी लाचारी में कुछ दिन काटने पड़े तो चुप मारने में ही खैर है।

(10) इन्सान को मुँहफट नहीं होना चाहिए। गृहनीति में भी राजनीति की तरह कन्नी काटनी पड़ती है। अपनी सामर्थ्य देखकर किसी बात की हामी भरनी उचित है। घर में दीया जलाने के बाद ही मन्दिर में दीया जलाया जाता है। दुनियादारी सीखे बिना गृहस्थी चलानी असम्भव है। सबको खुश रखने या झगड़ा मिटाने के लिए कभी-कभी झूठ भी बोलना पड़ता है। उस समय तो यही कहने में गुज़र है कि 'ए झूठ तेरा ही आसरा।'

जी हाँ, आप कहेंगे कि क्या बेहूदी बात की पैरवी की जा रही है, पर झूठ बोले बिना यह संसार-यात्रा चल भी तो नहीं सकती। नीति में भी कहा है कि सच यदि अप्रिय और कटु हो तो कभी मत कहो। कल्याणकारी झूठ कहकर किसी को निराश होने से बचाया जा सके तो जरूर बचाओ। यदि डाक्टर अपने मरीज़ की सीरियस हालत की बात मरीज़ को या उसके निकटस्थ सम्बन्धियों को बता दे या 'अब तुम्हारे बचने की कोई उम्मीद नहीं है,' यह सच्ची बात किसी तपेदिक के मरीज़ को कह दे तो क्या यह सच बोलना अक्लमन्दी या धर्म का काम कहलाएगा? कभी नहीं।

न केवल डाक्टर परन्तु वकील, दूकानदार, राजनीतिज्ञ किसी का भी काम झूठ बोले बिना नहीं चल सकता। लेखक कटु सत्य को कहानी का रूप देकर कहता है, वह कितना प्रिय और कल्याणकारी झूठ होता है। यदि वह अपनी कहानी के वास्तविक पात्रों के नाम और उनका हुलिया न बदले और सच्चाई से सब बात ज्यों की त्यों लिख दे तो समाज उसकी बात नहीं सुनेगा, उलटा उसे सी० आई० डी० कहकर परेशान करेगा, मानहानि के मुकद्दमों के मारे बेचारे लेखक, कहानीकार या उपन्यासकार के नाकों दम हो जाय।

इसी तरह दाम्पत्य जीवन की पटरी भी तो झूठ बोले बिना जम नहीं सकती। थका-हारा रमेश यदि अपनी कर्कशा या कंजूस पत्नी से जान बचाने के मारे झूठ बोलता है और बहाने करता है क्या बुराई है? शनिवार के दिन कभी-कभी वह दफ्तर से सीधा किसी दोस्त के यहाँ तो अपनी शाम चैन से बिताने चला जाता है, या सिनेमा देखने जाता है और घर पहुँचकर देरी से आने के लिए यह कहकर जान छुड़ाता है कि आज दफ्तर में काम अधिक था इसलिए लौटने में देरी हो गई। अब यदि रमेश झूठ न बोले तो सोचिए घर में कितना भारी महाभारत मच जाय!

लक्ष्मी ने काट-कपटकर कुछ रुपए आड़े-भिड़े समय के लिए जोड़ लिये। उसके पति धनराज बहुत फिजूलखर्ची हैं। या आए दिन उनसे दोस्त उधार माँगने आ जाते हैं और उनसे लिहाज़ के मारे 'न' नहीं कहते बनता। लक्ष्मी अच्छी तरह भुगत चुकी है कि अपने वक्त पर कोई दोस्त मदद नहीं करता। बस, जब अब की पति देवता रुपए माँगने आते हैं तो वह साफ कह देती है कि मेरे पास तो फूटी कौड़ी भी नहीं है। पर पन्द्रह दिन बाद ही बड़े लड़के को परीक्षा की फीस जमा करनी है। अभी वेतन मिलने में दस दिन बाकी हैं।

धनराज घबराकर दोस्त-मित्रों के पास उधार माँगने जाता है। पर सब जगह से नकारात्मक ही उत्तर मिलता है। वह बड़बड़ाता है, दोस्तों को स्वार्थी और झूठे कहता है, उस समय लक्ष्मी तुरन्त पूरी रकम लाकर पति के हाथ पर निकालकर रख देती है। धनराज की बाँछें खिल जाती हैं, चिन्ता के बादल छट जाते हैं। वह प्रसन्न होकर पूछता है, "अरे, तुम्हारे पास रुपये थे ? उस दिन तो तुमने कहा था कि मेरे पास फूटी कौड़ी भी नहीं है और यह सौ रुपये का नोट अब कहाँ से निकल आया ?"

लक्ष्मी मुस्कराकर कहती है, "झूठ न बोलूं तो गृहस्थी कैसे चले ?"

अपनी बच्चों की उम्र कम करके बताने, अपने पति की आमदनी बढ़ा-चढ़ाकर बताने और अपने बच्चों की पढ़ाई और नम्बरों के विषय में झूठी शेखी मारने में तो शायद कोई भी महिला नहीं चकती। हमारे पड़ोस में एक परिवार रहता है। उनकी लड़कियाँ किशोर

अवस्था को पार कर चुकी थीं, जबकि मकान-मालिक की लड़कियाँ उस समय छोटी-छोटी बालिकाएँ ही थीं। आज इस बात को दस वर्ष हो गए। उन छोटी बालिकाओं की भी शादी हो गई, तब भी हमारी पड़ोसिन अपनी लड़कियों की उम्र अभी तक उन्नीस के अन्दर ही बताती है। क्या करे बेचारी, अभी उनकी शादी जो नहीं हुई है। अगर वह असली उम्र बताने लगे तो एक तो वे लड़कियाँ देखने में बिलकुल साधारण हैं, फिर अभी तक बी० ए० पास भी नहीं हुई हैं, तब उनकी मैरिज-मार्केट में कद्र कम न हो जाएगी ?

आप किसी स्त्री से उसकी उम्र पूछें, वह कभी अपनी असली उम्र नहीं बताएगी। पति-पत्नी या प्रेमी-प्रेमिका यदि परस्पर सच बोलने लग जायँ, एक-दूसरे के विषय में यदि

सच्ची राय जाहिर कर दें तब उनका दाम्पत्य प्रेम कटुता से भर जाय। रोमांस उड़ जाय और मित्रता टूट जाय।

माँ-बाप और सास-ससुर यह पसन्द नही करते कि बच्चे रेस्टोरेंट, सिनेमा या शॉपिंग मे मेहनत की कमाई उड़ाएँ। बच्चे कभी-कभी दोस्त-मित्रो के साथ बाहर खा-पीकर आते हैं तब उनका घर आकर फिर खाने को जी नही करता। माँ पूछती है कि 'क्यों मुन्ना, आज खाना नहीं खा रहा, बात क्या है? तबीयत तो ठीक है?"

बस मुन्नाजी को तो हिंट मिल गया। माथे पर हाथ रखकर कहेंगे, "ज़रा तबियत कुछ भारी है।"

माँ बोल उठेगी, "अच्छा, तब खाना मत खा। मैं गर्म-गर्म दूध देती हूँ। गुलकन्द खाकर गर्म दूध पी ले तो सुबह तक तबीयत ठीक हो जाएगी।"

परीक्षा खत्म हो जाने के बाद बच्चे ज़रा मौज मे होते है। पर बड़े-बूढ़ों का तकाज़ा होता है कि वक्त पर खाएं और वक्त पर घर लौटें। यार-दोस्तों ने घसीटा तो रामूजी भी सिनेमा का सेकण्ड शो देखने चले गए। सुबह उठने मे देर हो गई। पिताजी ने पूछा, "क्यों बेटा, रात बहुत देर से लौटे थे?"

"नहीं पिताजी, आप जब सोने चले गए थे उसके कुछ देर बाद ही आ गया था।"

बाद मे बहन ने हँसकर कहा—"भैया, झूठ बोलते हो? रात जब मैंने दरवाज़ा खोला था तो एक बजा था।"

"तो माता-पिताजी से कौन बहस करे कि अगर एक दिन देर हो भी गई तो क्या हर्ज है? कुछ हेर-फेरकर जवाब देने मे अगर उनका लिहाज़ बना रहे, तो ठीक ही है।"

श्रीमती चोपड़ा को अपनी बहू सुषमा से इस बात की खास शिकायत है कि वह साड़ियों पर बहुत पैसा खर्च करती है। सुषमा कहती है कि मुझे भैयादूज, राखी, करवा-चौथ तथा जन्मदिवस आदि उत्सवों पर जो रुपए मिलते हैं उनको यदि मैं साड़ियाँ खरीद लेती हूँ तो इसमें सासजी को बुरा क्यों लगना चाहिए? मिसेज़ चोपड़ा का कहना है कि रुपया घर में रखा क्या काटता है? अब अपने पति की सलाह से सुषमा ने एक नया तरीका अपनाया है। वह नई साड़ी को ड्राईक्लीनर की दूकान से एक लिफाफा लेकर, उसमें साड़ी रखकर घर लाती है। अब मिसेज़ चोपड़ा समझती है कि पुरानी साड़ी ही ड्राईक्लीन होकर आई है और उसे इस बात की बड़ी खुशी होती है कि बहू अब समझ-दार हो गई। उसकी पुरानी साड़ियाँ भी अच्छी सार-सम्हाल के कारण बिलकुल नई-सी दीखती हैं।

सामाजिक जीवन को सफलतापूर्वक निभाने के लिए भी कल्याणकारी झूठ बोलना ही पड़ता है। यथा किसी बुरे की मृत्यु पर भी, "बड़ा दुख हुआ, उनकी मृत्यु का समाचार सुनकर, भगवान उनकी आत्मा को शान्ति दे। बड़े भले आदमी थे।" इसी प्रकार के कुछ संवेदना के शब्द तो कहने ही पड़ते है। किसी की मुसीबत या घाटे-नुकसान की बात सुनकर भी अफसोस जाहिर करना सामाजिक तकाज़ा है। चाहे आपको उनकी

मृत्यु या घाटे से कुछ बनता-बिगड़ता न हो, पर अफसोस ज़ाहिर किए बिना गुज़र नहीं।

इतवार का दिन है। आप बाल-बच्चों सहित कहीं जाने का प्रोग्राम बना रहे हैं या आज मज़े में लम्बी तानकर कोई रोचक उपन्यास पूरा करने की सोची है, अथवा घर का कोई ज़रूरी काम, जिसे आप समयाभाव के कारण इतने दिन टालते रहे, उसे खत्म करने में लगे हुए हैं। ठीक ऐसे ही समय आपके कोई मित्र या रिश्तेदार सपरिवार आ धमकते हैं। अब आपका सारा प्रोग्राम चौपट हो जाता है। मन ही मन आप उन पर कुढ़ रहे हैं पर आप प्रकट रूप में मुख पर प्रसन्नता लाकर ललककर उनकी ओर यह कहते हुए बढ़ते हैं, "आइए, आइए, बड़ी कृपा की आने की। धन्य भाग्य हमारे, जो याद तो किया।"

कहते हैं कि इस दुनिया में झूठ के बिना गुज़ारा नहीं। बताइए, कोई चोर आपका धन पूछे तो क्या आप बता देंगे? आपके किसी मित्र या बेटे-बेटी की शादी की बात कहीं चल रही है। दूसरी पार्टी का कोई परिचित, जिसने उनके घराने के विषय में कुछ सुन रखा है, आपसे उनके विषय में पूछता है, "क्यों जी हमने सुना है कि लड़के की माँ बड़ी तेज़ है और बाप बड़े कंजूस हैं।" आप सच्ची बात जानते हुए भी बात पर पर्दा डालते हुए एक सयाने की तरह कहते हैं, "भाई, ये तो सब कहने की बातें हैं। चतुर व्यक्ति को सभी तेज़ कह देते हैं और कौन अपनी मेहनत की कमाई बेपरवाही से खर्च कर सकता है? अब इसे तुम चाहे कंजूसीपन समझ लो।"

जबकि वास्तव में बात यह है कि आप भली प्रकार जानते हैं कि आपके मित्र की पत्नी महाकर्कशा है और मित्र महोदय का रहन-सहन का स्तर उनकी आमदनी की तुलना में बहुत नीचे गिरा हुआ है। पर आप घुमा फिराकर सच्ची बात कहने से अपनी जान छुड़ा लेते हैं।

आपके पड़ोस में दो जनों का झगड़ा हो गया, या सड़क पर मारपीट की कोई घटना हो गई और आप सब हकीकत जानते हैं, पर पड़ोसियों से बुरा क्यों बनें या घटना के चश्मदीद गवाह क्यों बनें। बस, आप कोर्ट में खिंचे फिरने के डर से 'भई, मुझे कुछ नहीं मालूम इस मामले में' इस सफेद झूठ का आसरा लेकर अपना पिंड छुड़ा लेते हैं।

अजी, ये इतिहास के मोटे-मोटे पोथे, राजनीति के दावपेंच, अपने-अपने पक्ष में राजनीतिज्ञों की लेक्चरबाज़ी, अपने आदर्शों के प्रचार में विभिन्न देशों का प्रचार सब का आधार ही झूठ है। भला बताइए आप इससे कैसे बच सकते हैं?

हाँ, झूठ बोलो परक़ायदे के अन्दर, उससे किसी का नुक़सान न हो। उसका परिणाम समाज में असन्तोष फैलानेवाला न हो। वह किसी की तरक्की में रोड़ा न अटकाए, वैमनस्य न बढ़ाए। जी हाँ, शत प्रतिशत कल्याणकारी झूठ निराशा में डूबते हुए को उबार लेता है, इन्सान को कमर कसकर असफलताओं पर विजय प्राप्त करने की हिम्मत बँधाता है। वैर और बुराई को दूर हटाता है, और लोगों के बिगड़े काम बना देता है। सोचिए, यदि झूठ का पर्दा न बना होता और प्रत्येक इन्सान के हृदय की सच्ची झाँकी देखने या समझने की शक्ति आप में होती तो राम जाने, क्या क़हर मच गया होता!

किसी पर कोई यकीन ही न करता। प्रेम और विश्वास नाम की चीज ही दुनिया से उठ गई होती।

जीवन को सुखी बनाना एक कला है—जीवन का मापदंड ऊपर उठ रहा है, उसके साथ ही साथ मनुष्य की कठिनाइयाँ भी बढ़ती जा रही हैं। विज्ञान की उन्नति, शिक्षा का प्रचार, रहन-सहन की सुविधाएँ, आर्थिक और सामाजिक सफलता के लिए परस्पर होड़ा-होड़ी आदि के होते हुए भी क्या हम स्वयं को अपने बाप-दादों से अधिक सुखी पाते हैं? क्या हमारा घरेलू जीवन शान्तिमय है? क्या हम ऊँची-ऊँची डिग्रियाँ और नौकरी पाकर सन्तुष्ट हैं? क्या मनोरंजन के इतने अपरिमित साधन होते हुए भी हमारा मन प्रसन्न है? अगर नहीं तो क्यों? इसके लिए कौन दोषी है, यह बात विचारणीय है।

वास्तव में बात यह है कि सुख को मनुष्य बाहर ढूंढता है जबकि असल में वह उसके मन में होना चाहिए। एक वियोगी को सावन का सुन्दर दृश्य, वसन्त का सुहावना समाँ, उत्सव का खान-पान, गाना-बजाना सभी बुरा लगता है। कारण, उनसे उसकी विरहाग्नि और भी भड़कती है। उसके मनोभावों के कारण सुखद वस्तुएँ भी दुख का हेतु बन जाती हैं। दोष वस्तुओं का नहीं मन का है। अगर हमारे मन में सन्तोष है, जीवन की बाजी को हम सोच-समझकर खेलते हैं और हार-जीत को, यश-अपयश को सहज रूप में स्वीकार करते हैं, तो सफलता हमें मदान्ध नहीं करेगी और असफलता हमें हताश भी नहीं कर सकेगी।

जीवन को सुखी बनाना एक कला है। पढ़ाई-लिखाई तथा रोजी कमाने के धन्धे के सदृश इसका भी शिक्षण मिलना आवश्यक है। एक सन्तोषी तथा कर्मशील व्यक्ति जो कि स्वयं को परिस्थितियों का दास नहीं बनने देता तथा विपत्ति और असफलता को जो जीवन की एक प्राकृतिक देन समझ सहज रूप से स्वीकार करता है, तथा जिसमें निर्णयात्मक शक्ति है, जो मनोभावों के प्रभाव में अपने को डूबने से बचा लेता है, वही दूरदर्शी व्यक्ति सुखी और शान्तिपूर्ण जीवन बिता सकता है। चंचल, उग्र तथा अधीर मनुष्य पर विपत्ति हावी हो जाती है। उतावलापन उसे धीरता के साथ गुत्थी को सुलझाने का अवसर नहीं देता। वह वास्तविकता की ओर से आँखें मीचकर, कल्पना की दुनिया की सृष्टि करता हुआ अपने को हमेशा असन्तुष्ट ही पाता है।

मनोवैज्ञानिकों का कहना कि सभ्यता के साथ ही साथ मानव प्रबल मनोविकारों का शिकार भी बनता जा रहा है। उसका मस्तिष्क सर्वदा उत्तेजित रहता है। मन परेशान रहता है। इन्द्रियाँ जल्दबाजी के कारण सदा तनी रहती हैं, फलस्वरूप उसका मस्तिष्क जल्द शिथिल हो जाता है, मन बेचैनी से भर उठता है और शरीर थकान का अनुभव करने लगता है। वह ठंडे मन से सोच-विचार नहीं कर पाता, उसके शरीर में स्फूर्ति का अभाव है। वह स्वयं को चिन्ताओं से मुक्त नहीं कर पाता। फलस्वरूप मान-सम्मान, धन-दौलत, यौवन और रूप सभी के होते हुए भी वह असन्तुष्ट है। जीवन उसके लिए भार है। यह विपत्ति उसकी खुद की खड़ी की हुई है, कारण उसने जीवन की शुरूआत ही ग़लत की है। अगर कोई व्यक्ति बबूल के पेड़ बोकर आम के फलों की आशा

करता है। बस, इतनी ही ग़नीमत है कि काम में चतुर होने के कारण वह अपने अफ़सर के मुंह चढ़ा हुआ है। परन्तु सारे दिन दफ़्तर में उनकी किसी न किसी से भिड़न्त होती ही रहती है।

ऐसे व्यक्तियों की प्रायः किसी से भी नहीं निभती। विचारों में मतभेद या आदर्शों की भिन्नता उनके लिए असहनीय हो जाती है। वे अपनी गलत बात को भी बहस करके सही प्रमाणित करने की चेष्टा करेंगे। पर दूसरे की सही और उपयोगी बात की दाद देनी तो दूर रही, उसे गलत प्रमाणित करने की चेष्टा में कोई कसर उठा न छोड़ेंगे। ऐसे मदान्ध व्यक्तियों के न तो कोई स्थायी मित्र ही होते हैं और न ही इनके विचार और आदर्श ही अन्य लोगों को प्रभावित कर पाते हैं। अपने असहनशील स्वभाव के कारण वे समाज में बहुत अप्रिय बन जाते हैं। थोड़े दिन तो उनका ढोंग चल जाता है, परन्तु कलई खुलने पर इनकी जगहँसाई ही होती है। पर आश्चर्य तो यह है कि तब भी इनकी आँखें नहीं खुल पातीं। कुढ़-कुढ़कर जलते-भुनते रहते हैं। इनका जीवन असन्तोष से भर उठता है। सब कुछ होते हुए भी अभाव और सूनापन इन्हें घेरे रहता है।

देखने में आया है कि असहनशील ईर्ष्यालु तथा स्वार्थी व्यक्तियों का जीवन ही अधिक दुखी होता है। हर समय वे अपने में ही डूबे रहते हैं। अपने को भूलने के लिए काम और मनोरंजन बहुत आवश्यक है। काम में परिवर्तन ही वास्तविक आराम है। प्रत्येक मनुष्य की कुछ न कुछ हॉबी अवश्य होनी चाहिए। उसमें लीन होकर वह दिनभर की चिन्ता, तथा थकावट खो बैठता है।

मनुष्य सामाजिक प्राणी है। परिवार, मित्रमण्डली अड़ोस-पड़ोस तथा अपने सहकारियों के बिना उसका काम नहीं चलता है। भगवान् ने प्रत्येक में कुछ न कुछ प्रशंसनीय खूबियाँ दी हैं। आवश्यकता इस बात की है कि हम दूसरों की खूबियों को न केवल समझें परन्तु उनकी प्रशंसा भी करें और उन्हें प्रोत्साहन दें।

संसार में 'गुण न हिरानो' गुण ग्राहक हिरानो है।' अधिकांश गृहस्थ जीवन असफल इसी कारण हैं कि बहू-सास, ननद-भावज, जेठानी-देवरानी, पति-पत्नी, बाप-बेटा, मालिक-नौकर आदि परस्पर एक-दूसरे के प्रति मित्र भावना न रख कर, असहनशील हो उठे हैं। एक दूसरे के गुणों को न देखते हुए वे अवगुणों को ढूंढते हैं। उक्तियों पर कटोक्तियाँ कसते हैं। तीर का जवाब तोप से देने की चेष्टा करते हैं। कहावत है 'लड़ाई और लस्सी (छाछ) को बढ़ाते भला कितनी देर लगती है?' एक ने एक कही, दूसरे ने दो सुनाईं। बस इसी तरह घर में महाभारत मच जाता है। अड़ोस-पड़ोस जानी दुश्मन बन जाते हैं। और जो शक्ति रचनात्मक कार्य में लगनी चाहिए, वही एक-दूसरे की बुराई करने में खर्च होती है। प्रायः देखने में आता है कि बैठे-बिठाए इस प्रकार की मुसीबत खड़ी कर कलह-प्रिय लोग न केवल अपनी, पर घरभर की शान्ति भंग करते हैं। अगर जरा भी सोच-समझदारी और सहानुभूति से काम लिया जाय, एक-दूसरे को तरह देना आए, माफ करना और गई-बीती को भुलाना आए, तो घरों में शान्ति कायम रह सकती है। हम

जिन मनुष्यों से मिलते हैं उन्हें निभाने की वृत्ति हम में होनी चाहिए। व्यर्थ में किसी के मामलों में दखल देना मूर्खता है। अपनी-अपनी रुचि और अपनी-अपनी पसन्द है। प्रत्येक को जीने का अधिकार है। बस, जीओ और जीने दो—यही सिद्धान्त कल्याणकर है।

चिन्ता, अड़चन और असफलता—इन तीनों से घबराना नहीं चाहिए। ये सांसारिक जीवन के स्वाभाविक पहलू हैं। अगर आपको एक अवश्यम्भावी विपत्ति का सामना करना ही पड़ जाए तो घबड़ाकर हतज्ञान न हो जाएँ। इससे तो मुसीबत आप पर हावी हो जाएगी। बुद्धिमानी इसी में है कि यथाशक्ति उसे हल करने की चेष्टा करें। एक अच्छे घर की लड़की ने अपने माता-पिता की इच्छा के विरुद्ध एक लड़के से शादी कर ली। दो बच्चे भी हो गए। पर लड़का कुछ कमाता नहीं था। जब गृहस्थी की गाड़ी भारी लगी तो लड़का बहाना करके परदेश भाग गया। अब वह लड़की अपने को असहाय पाकर घबरा उठी। ज़िन्दगी से बेज़ार होकर अपने बच्चों को एक मिशन में भेजने का प्रबन्ध कर उसने आत्महत्या की चेष्टा की, पर सफल न हो सकी। अन्त में उसके स्कूल की हेडमिस्ट्रैस ने उसे सलाह दी कि बीते हुए को बिसारकर, बच्चों की ओर ध्यान दो। उसे स्कूल में एक छोटी-सी नौकरी भी मिल गई। किसी प्रकार सात-आठ साल उसने कष्ट से निकाले। अब दोनों बच्चे स्कॉलरशिप जीतकर पढ़ रहे हैं और वह स्त्री भी अपने सन्तोषी जीवन से सुखी है।

अगर वह स्त्री हर समय यही सोचती रहती कि हाय, मैंने क्या बुराई की थी कि मेरे साथ यह दग़ा हुआ, मेरे प्रेम और त्याग का क्या यही फल मिलना था? तब तो वह जो आज है वह कभी न होती। बच्चे उसके अनाथालय में पलते और वह स्वयं असमय में ही अपने उपयोगी जीवन का नाश कर बैठती। पर विपत्ति का धीरता के साथ सामना करने से मुसीबतें धीरे-धीरे हल हो गईं। आज वह दो होनहार बच्चों की देख-भाल कर रही है। उसका भविष्य उज्ज्वल और आशापूर्ण है।

मनुष्य मनुष्य के काम आता है। अपने किसी मित्र की विपत्ति का करुण चित्रण कर तथा उनसे सहानुभूति दिखाकर कोई मनुष्य उसका उतना भला नहीं करता, जितना कि वह मनुष्य जो कि उन्हें दुख भूलने तथा उपस्थित परिस्थिति में कोई हल ढूँढ़ने में सहयोग देकर करता है। आगे बढ़ते हुए व्यक्ति के लिए एक उत्साहवर्धक वाक्य, एक मुसकान, कुछ दिलदिलासा एक जादू का-सा काम करता है। उसमें नवीन स्फूर्ति भर देता है। इसलिए जो व्यक्ति अपने संगी-साथियों को बढ़ावा देना जानता है, उसे कभी भी सहयोगियों की कमी नहीं रहती।

आप अपनी ही चिन्ताओं में मत डूबे रहें। दुख-सुख सबके साथ हैं। मुसीबत आने पर उसको झेलने के लिए तैयार रहें। निर्णयात्मक बुद्धि रखें और दूरंदेशी से काम लें। तभी आप जीवन में सुखी हो सकते हैं। कई व्यक्तियों में यह दोष होता है कि वे स्वयं को एक शहीद के रूप में दिखाना चाहते हैं। उन्हें सब प्रकार का सुख होते हुए भी अभाव का रोना सदा बना ही रहता है। उनकी लालसा सौ से आरम्भ होकर लाख तक पहुँच

जानेपर भी पूरी नहीं होती।' और, 'और, और भी!' बस, यही उनका जीवनमंत्र बन जाता है। अपने मन की बावली तृष्णा उन्हें मृग-मरीचिका के सदृश भगाती फिरती है। वे यह भूल जाते हैं कि सांसारिक सुख जीवन-यात्रा को सरल बनाने के एक साधन मात्र है, वे अपनी असली मंजिल को भूल इन्ही साधनों की प्राप्ति के मार्ग मे ही पड़ाव डाल देते है।

देखने मे आया है कि चिन्ता करना कइयो का स्वभाव-सा बन जाता है। अगर अपने घर मे चिन्ता का कोई कारण नही मिला तो वह उसे मोहल्ले मे ढूंढ लेते हैं। सुधारक होना अच्छा है, पर सुधार का काम एक सिरदर्द तो नही बना लेना चाहिए। किसी ने पूछा—"मियांजी, तुम क्यों उदास हो?" जवाब मिला, 'शहर का अन्देशा।' आज पड़ोस की बहू-बेटियों ने क्या किया, पड़ोस के लाला के छोटे भाई ने मोटर खरीदकर पैसा बिगाड़ा, रायसाहब ने ठेका लेने के लिए प्रीतिभोज दिया, ज़माना किधर जा रहा है आदि बातें निठल्ले आदमियों की चर्चा और कुढन का हेतु बन जाती है। और वे इन्ही बातों से परेशान रहते हैं।

छोटी-सी बात पर क्रोध आना, किसी की उन्नति देख अथवा प्रशंसा सुन ईर्ष्या से जल उठना, घबरा जाना, अधीर हो उठना आदि ऐसी दुर्बलताएँ हैं कि मनुष्य के सुख और शान्ति को नष्ट कर देती हैं। क्रोधालु व्यक्ति प्राय' हाई ब्लडप्रेशर के शिकार होते हैं, सिरदर्द और अनिद्रा उन्हे सताती है। और प्रायः उनका हृदय दुर्बल होता है, तभी वे मनोविकारों को रोकने में असफल होते हैं और वे हृदयरोग तथा 'नर्वसनेस' के शिकार बन जाते हैं। डाक्टरों का कहना है कि इन मनोविकारो के कारण ही कई व्यक्ति काल्पनिक रोगों के शिकार हो जाते है और इन काल्पनिक रोग के लक्षण भी उनके शरीर पर प्रकट हो जाते हैं। यथा किसी को गन्दगी देखकर उल्टी आ जानी, खून देखकर फिट आ जाना, किसी व्यक्ति विशेष की आवाज सुनकर ही मुंह सफेद पड जाना, किसी क्रूर मालिक की डांट-डपट से हतबुद्धि हो जाना आदि चिह्न इनके लक्षण हैं।

एक स्त्री जब कभी भी अपनी सास के सामने बैठकर भोजन करती उसको ऐसा लगता है मानो गला घुट रहा हो और खाना उसके गले से नीचे नही उतरता। घरवालों को आरम्भ मे तो ऐसा ख्याल रहा कि शायद कुछ कंठ-अवरोध का रोग है, पर जब उसकी सास वहां से कुछ दिन बाद चली गई, तब वह अच्छी-भली हो गई और मजे में खाने-पीने लगी।

इसी प्रकार एक खुशमिज़ाज व्यक्ति विवाह के बाद अपनी कर्कशा स्त्री से इतना परेशान हो गया कि जब तक वह घर मे रहता उसके सिर में सख्त दर्द बना रहता, पर जितनी देर वह स्त्री से दूर घर से बाहर रहता, उसका सिरदर्द अपने आप ही अच्छा हो जाता।

एक कुरूपा स्त्री अपनी एक सुन्दरी सौतेली लड़की से इतना जलती थी कि जिस पार्टी और भोज में वह जाती, वहां अपनी लड़की की सबको प्रशंसा करते सुन उसे फिट आ जाते और बेहोश होकर वह उस कन्या की मृत माता को गालियां देने लगती। अनजान

व्यक्ति नहीं समझते कि आनन्द इस सौत दुश्मन बनकर सता रही है।

एक विधवा स्त्री के एक ही लड़का था। कुछ साल बाद जब उसके घर में बहू आई और लड़का अपनी स्त्री के प्रति स्नेह दिखाने लगा, तो अचानक माता को दौरे आने लगे। ईर्ष्या, क्रोध आदि मनोवेगों के तीव्र आघात से वह बेहोश हो जाती। जब तक बहू पीहर में रहती, माँ का स्वास्थ्य अच्छा रहता; पर बहू के आने से सिरदर्द, और भोजन से अरुचि हो जाती थी। जिस दिन बेटा अपनी स्त्री के संग कहीं घूमने-फिरने चला जाता उस रात माँ को अवश्य दौरा पड़ जाता। शनैः-शनैः माँ ने बेटे का दिल बहू की ओर से फाड़ना शुरू किया। तंग आकर बेटा बहू को पीहर छोड़ आया। माँ ने बहुत चाहा कि बेटा दूसरा विवाह कर ले, परन्तु बेटा नहीं माना। आखिरकार बेटे को झुकाने के लिए माँ ने फिर बीमारी का ढोंग रचा। भूखे रहकर, कुढ़-कुढ़कर, माँ सचमुच दुर्बल हो गई। और साल भर तक वह इसी प्रकार कुढ़-कुढ़कर मर गई। माँ के मरने के बाद लड़का बहू को ले आया और अब वे दोनों चैन और सुख से हैं।

इस प्रकार के व्यक्ति जो स्वयं को सहज ही मनोविकारों का शिकार बना लेते हैं, अपनी और दूसरों की जिन्दगी को दूभर कर देते हैं। माना कि हम दुनिया में सबको प्रसन्न नहीं कर सकते, पर कुछ को तो कर सकते हैं। अतएव बुद्धिमानी इसी में है कि महा-जनों के मार्ग का अनुकरण किया जाय। किसी सूरत में भी मनुष्य अपने मन की शान्ति नष्ट न होने दे, अन्यथा जीवन-यात्रा असम्भव है। जिस स्थिति में भी हम पैदा हुए हैं, हमें जो भी सुविधाएँ प्राप्त हैं, अपनी योग्यता अनुसार यथाशक्ति अपना कर्त्तव्य करते जायें। अपने आस-पास प्रसन्नता और शान्ति का वातावरण बनाए रखना प्रत्येक मनुष्य के लिए तभी सम्भव है जब कि वह धीरता और सहनशक्ति से काम ले। जीवन को सुखी बनाना एक कला है। बचपन से ही इसका अभ्यास करना चाहिए। अगर इसमें सफलता मिल गई तो जीवन में अभाव, असफलता असन्तोष आदि आपके आत्मबल को हरा नहीं सकेंगे।

30
मानसिक प्रौढ़त्व के अभाव में

यह सोचना कि समझदारी और उम्र बराबर साथ-साथ कदम धरते हैं, गलत बात है। देखने मे आता है कि एक बच्चा या किशोर जिसे अपनी आयु के अनुरूप बुराई-भलाई, ऊँच-नीच आदि सोचना आता है या जो दूसरो के उदाहरण या अनुभव से कुछ सीखने का माद्दा रखता है वह सचमुच मे समझदार है ; जबकि एक पढा-लिखा प्रौढ जोकि विवेक-बुद्धि मे हीन है, जिसे समयानुसार बात करनी, कदम उठाना या निर्णय करना नही आता, जो मित्रों और हितैषियो की चेतावनी को अनसुना कर देता है, जो एकपक्षीय फैसला करने की जिद पकड़ता है, किसी के सही दृष्टिकोण की उपेक्षा करके अपनी ही बात को सही साबित करने की जिद पकडता है वह सचमुच मे वयस्क होते हुए भी नादान है, बुद्धि से अपरिपक्व याने मेंटली इम्मेच्योर्ड है।

ऐसे नासमझ व्यक्ति के संग मित्रता निभानी या जीवन काटना एक बड़ी भारी समस्या है। हमारे देश में प्रायः सभी लड़के-लड़कियो का ब्याह जब वे जवान हो जाते हैं,

कर दिया जाता है। नतीजा यह होता है कि जब शारीरिक आकर्षण कम हो जाता है तो पति-पत्नी एक-दूसरे से ऊब जाते हैं। दाम्पत्य जीवन में समस्याएँ खड़ी हो जाती हैं।

समस्याएँ सुलझाने के बदले उल्टा एक-दूसरे को दोषी प्रमाणित करने की होड़ा-होड़ी शुरू हो जाती है। इसका परिणाम बड़ा खराब होता है। एक शासक बन जाता है, दूसरा शासित हो जाता है। लेन-देन का सन्तुलन बिगड़ जाता है।

यदि पत्नी अल्हड़ ढंग से व्यवहार करती है, तो उसका व्यवहार गुरुजनों की नज़र में हास्यास्पद होगा और छोटों की नजर में वह आदर-सम्मान खो बैठेगी। एक हद तक पुरुष को नारी का लाड़-दुलार में आकर बात करना, रूठना-मचलना अच्छा ही लगता है, परन्तु यदि वह हमेशा एक अबोध बच्ची की तरह बातचीत और व्यवहार करती है तो इससे पति को झुंझलाहट होती है। उसे अपने परिजनों के मित्रों के सामने जलील होना पड़ता है। लोग उसकी पत्नी के शील-संकोच पर चोट करने लगते हैं। इसके अतिरिक्त एक समझदार जीवन-संगिनी के संग बातचीत करने, समस्याओं को सुलझाने और कठिनाइयों में सहयोग पाने में जो सन्तुष्टि होती है वह ऐसी नासमझ स्त्री के पति को नहीं मिल पाती। नतीजा यह होता कि ऐसी पत्नी पति की सच्ची सहचरी नहीं बन पाती।

यदि पति असहनशील और धांधलीबाज है तो वह भी परिजनों की नज़रों में सम्मान खो बैठता है। क्योंकि वह गृहस्वामी और रोटी कमाने वाला है, इसलिए पत्नी व बच्चे मुँह पर चाहे उसकी आलोचना न करें, पर मन ही मन वे उसके प्रति विद्रोही हो बैठते हैं। पत्नी अपने मनोवेगों को रोककर अन्दर ही अन्दर कुढ़ती रहती है। बड़े होकर बच्चे ऐसे बाप से कतराते हैं। ऐसे पुरुष अपने चौथेपन में बड़े अप्रिय हो जाते हैं। परिजन और मित्र उनके पास नहीं फटकते। आम तौरपर देखा जाता है कि ऐसे लोग स्वभाव से बड़े डरपोक और लोगों से मिलने-जुलने से कतराते रहते हैं। बाहर वालों के सामने वे दब्बू बने रहते हैं पर घरवालों को दबाते हैं।

ज़िन्दगी केवल शारीरिक बल के सहारे ही नहीं काटी जाती है, उसके लिए अक्ल और समझदारी भी चाहिए। शरीर से जवान होते हुए भी जो व्यक्ति मानसिक रूप से अबोध, नादान, नासमझ और अपरिपक्व पाये गए हैं वे अहंकार, अंधविश्वास, मूढ़ता और जड़ता के शिकार होते हैं। उनके आगे कोई दलील नहीं चलती। वे तीन बीसी को ही सौ मानने का दुराग्रह करते हैं। यदि कोई पति ऐसा नासमझ है तो वह अपनी पत्नी, बच्चे यहाँ तक कि मित्रों से अपनी असलियत को अधिक दिन तक नहीं छिपा सकता। प्रो० चतुरसेन एक ऐसे ही व्यक्ति हैं। वह बिना सोचे-समझे बात करने लगेंगे। अपनी राय दे देंगे। जब लोग उनकी बातों पर हँसने लगेंगे तो झट बात बदलकर कहेंगे, "मेरा ध्यान किसी और तरफ था, मेरा मतलब यह नहीं था।" उनकी नीति हर बात में 'चित्त भी मेरी, पट्ट भी मेरी' होती है। संयोग से उनकी पत्नी बड़ी समझदार है। सब परिचित और मित्र-मण्डली उनकी पत्नी की अक्लमंदी और व्यवहारकुशलता की दाद देते हैं।" और कुछ मुँहफट मित्र तो मुँह पर ही कह देते हैं कि "भाई, तुम्हारी गृहस्थी तो भाभीजी की अक्लमन्दीके बूते चल रही है। तुम्हें तो कोई भी बहकाकर जो चाहे करवा सकता है।"

यह सुनकर प्रोफेसर साहब उस समय खीं-खीं करके हँस देंगे। पर बाद में वह अपनी

खिसियाहट अपनी पत्नी पर जरूर निकालते हैं। अब तो उनका यह स्वभाव ही बन गया है कि पत्नी जो बात कहे, ठीक उससे उल्टी बात का अनुमोदन करना। अपनी अक्ल सुधारने के बदले वह उल्टा इस बात की खोज में रहते है कि अपनी पत्नी की कौन-सी गलती पकड़कर डांट-डपट शुरू करूँ और इस प्रकार उसकी अक्लमन्दी की खिल्ली उडाई जाय।

शादी के कुछ वर्ष बाद उनकी पत्नी प्राइवेटली बी० ए० की परीक्षा की तैयारी कर रही थी। एक दिन वह अग्रेजी मे लिखा अपना एक निबन्ध पति को दिखा बैठी। बस, पति महोदय को तो अपने दिल की भडास निकालने का अच्छा मौका मिल गया।

उसकी गलतियों की उन्होंने खूब खिल्ली उडाई। बोले, "मुझे तो समझ नही पड़ता तुम्हे एफ० ए० पास का सार्टिफिकेट कैसे मिल गया! तुम तो आठवीं कक्षा की भी योग्यता नही रखती। यही तुम्हारी अक्ल का सबूत है? तुम कभी नही पास हो सकती।"

यह सुनकर बेचारी पत्नी रुआँसी-सी हो गई। उस दिन से उसने कान पकड़ा पति से पढाई मे मदद लेने का। उसकी पढाई में हर तरह की अड़चन पैदा करना ही प्रोफेसर साहब को अभीष्ट था। पर संयोग देखो, पत्नी की मेहनत बर आई और वह इतनी असुविधाओं के बावजूद भी सेकॅड डिवीजन में बी० ए० पास हो गई।

आज जबकि प्रोफेसर साहब रिटायर्ड होकर निठल्ले बैठे हुए हैं, उनकी पत्नी ने एक नर्सरी स्कूल खोला हुआ है। पिछले वर्ष उन्होंने सप्ताह में चार दिन सगीत व नृत्य की

कक्षाएँ भी खोल दी हैं। इस प्रकार वह दो-तीन सौ रुपए महीने की आमदनी कर लेती हैं। पर उनके पति में इस चौथेपन में भी मानसिक परिपक्वता नहीं आई। वह पत्नी पर बिगड़ते ही रहते हैं। पत्नी को गृहस्थी चलाने में आर्थिक या और किसी प्रकार का सहयोग देते समय वह बहुत जली-भुनी सुनाते हैं। उनके बच्चे बाप से कतराते हैं। बड़े बेटे ने एक बार कहा भी कि 'पिताजी, आपने हमारी माँ की कभी क़द्र नहीं जानी। सच पूछा जाय तो आज उन्हीं के कठिन परिश्रम का फल है कि हमलोग कुछ बन गए। असहयोग और अभावों के बीच में भी हमारी माँ ने गृहस्थी के कर्त्तव्यों को बड़ी सफलता से निभाया। हम तो माँ की ममता के कारण यहाँ आते हैं। आप जिस प्रकार चिल्लाते और तमाशा बनाते हैं, यह सब देखकर बहुएँ और दामाद क्या सोचते होंगे, यह भी आपने कभी सोचा है?"

यह कटु सत्य सुनकर प्रोफेसर साहब अपनी नासमझी के लिए लज्जित होने के बदले उल्टा और बिगड़कर बोले, "अच्छा, अपना उपदेश अपने पास रखो। मैं किसी का मोहताज़ नहीं। तुम्हारे दरवाज़े आऊँ या कुछ माँगू तब उपदेश झाड़ना। मैंने तो समझ लिया कि मेरा इस दुनिया में कोई नहीं है। ले जाओ, अपनी माँ को अपने साथ। इस औरत का मैं मुँह नहीं देखना चाहता। बड़ी नेक बनी फिरती है। इसे अपनी कमाई की बड़ी शान है। मेरी ही कमाई में इतने दिन गृहस्थी चली है। जैसी खुद सर्पणी है, वैसी ही इसकी औलाद है। मैं सीधा हूँ इसीलिए यह दिन देखना नसीब हुआ।"

बेचारा लड़का और माँ दोनों चुप हो गए। किसी ने ठीक कहा है कि मचले को कौन समझा सकता है। जो व्यक्ति सीखने की इच्छा करता है, अपनी भूल सुधारने में लज्जा का अनुभव नहीं करता, हितैषियों की बात ध्यान से सुनता है, अपनी ग़लती के लिए अपनी ज़िम्मेदारी समझता है; अपने सहकारी, मित्र, परिजनों के साथ निभाना जानता है और दूसरों के दृष्टिकोण की क़द्र करता है वह व्यक्ति परिपक्व बुद्धिवाला है। कहावत है कि 'केवल बेवकूफ ही अपनी राय नहीं बदलते'। एक बार जो उनके आदर्श, विचार या राय बन गई, फिर वे ज़िद करके उसी पर अड़े रहते हैं। उनका निर्णय बड़ा पक्षपातपूर्ण होता है।

प्रत्येक व्यक्ति में उम्र के साथ परिपक्वता नहीं आती। यह तो प्रत्येक व्यक्ति के मिज़ाज की लचक या निर्णायात्मक समझदारी पर निर्भर करती है। एक समझदार व्यक्ति अपनी ग़लती पर खुद भी हँस लेता है बच्चे से भी कुछ सीखने का शौक रखता है, वह अपने मनोवेगों पर काबू रखता है। अपना प्रेम, प्रशंसा, ममता, अपनत्व, ईर्ष्या आदि ठीक मौके पर ही प्रकट करता है।

एक सत्रह वर्ष की युवती ने शादी के बाद कहा, "ओह, ब्याह से पहले मैं कितनी अबोध और गैर-ज़िम्मेदार थी।" शादी के बाद जब गृहिणी और सहचरी की ज़िम्मेदारी उस पर पड़ी तो अपने उत्तरदायित्व को वह भली प्रकार निभा सकी, यही उसकी ज़िम्मेदारी और बुद्धि परिपक्वता का प्रमाण था।

एक लड़के ने 35 वर्ष की उम्र में शादी की, जब कि उसके अन्य दो छोटे भाइयों

की शादी 25-26 वर्ष की उम्र में हो गई। अब इस 35 वर्ष के युवक का वैवाहिक जीवन काफी सफल है। उसने अपने मित्र से एक दिन कहा, "अच्छा हुआ मैंने पहले शादी नहीं की, तब मैं एक पति और गृहस्थ के कर्तव्यों को भली प्रकार निभा सकता, इसमें सन्देह था।" जो व्यक्ति मानसिक रूप से परिपक्व होते हैं वे अपनी परिस्थितियों से समझौता कर सकते हैं। सुख-दुख में वे उत्तेजित नहीं होते। अपनी न्यूनताओं को समझते और अपनी योग्यता पर विश्वास करते हैं। उन्हें व्यावहारिक ज्ञान होता है। वे मनुष्यों को परखना जानते हैं। दुःख, असफलता और निराशा से वे पस्त नहीं हो जाते। अपनी हिम्मत, साहस और साधनों को बटोरकर वे फिर उभरने की कोशिश करते हैं। वे मौके के अनुकूल व्यवहार करना जानते हैं। अपनी और दूसरे की मजबूरियों को समझते हैं। बाधाएँ उन्हें तोड़ती नहीं हैं। वे नई उमंग, नई आस, नए उत्साह से भविष्य का नवनिर्माण करने में विश्वास रखते हैं।

मैं एक महिला को जानती हूँ। वह मेरी बाल-सखी है। सुविधा के लिए मैं उसका नाम लता रखती हूँ। बचपन में ही उसकी माँ मर गई। उससे छोटे चार बहन-भाई और थे। पिता ने दूसरा विवाह कर लिया। जो वर्ष माँ के शीतल प्रेम की छाया में बीतते थे, वे विमाता के अत्याचार और अभावों में झुलसे बीते। विमाता तो यह चाहती थी जिस किसी तरह से लड़कियों का विवाह कर दे और लड़कों को मैट्रिक तक पढ़ाकर अपना रास्ता बनाने के लिए समाज में धकेल दिया जाए। पर लता ने ऐसा अन्याय नहीं होने दिया। उसने मैट्रिक करके ट्रेनिंग ली और नौकरी कर ली। इस प्रकार अपने बहन-भाइयों को पढ़ाया। इसके बदले बाप और विमाता उसे हमेशा बुरा-भला कहते रहे कि देखो कैसी बेहया लड़की है। अपने छोटे बहन-भाइयों को हमसे जुदा कर दिया। खुद तो शादी कर नहीं रही, उनको भी उम्र भर किसी ठौर का नहीं रहने देगी।

लता बेचारी सब सुनती रही और चुपचाप अपने कर्तव्य को पूरा करने में लगी रही। उसने अपने छोटे बहन-भाइयों को पढ़ाया-लिखाया, छोटी बहनों की शादी कर दी। संयोग से उसके पड़ोस में एक नौजवान अपनी मौसी के यहाँ कुछ दिन के लिए आया। वह न्यूयार्क में किसी फर्म में नौकर था। उसकी मौसी ने लता से उसका परिचय करा दिया और उनका विवाह हो गया। फिर कुछ महीने साथ रहकर वह न्यूयार्क वापस चला गया, और यह तय हुआ कि टिकट आदि का प्रबन्ध होने पर लता भी न्यूयार्क पहुँच जाएगी। दो-चार महीने तो पासपोर्ट बनाने आदि में लग गए। फिर एक दिन अचानक उस व्यक्ति का पत्र आया जिसे पढ़कर लता को बहुत सदमा हुआ। असल में बात यह हुई कि उस व्यक्ति ने न्यूयार्क में किसी महिला से पहले ही शादी की हुई थी। उस पत्नी से वह परेशान हो गया था, और तलाक की कार्यवाही करीब-करीब पूरी हो ही चुकी थी। जब कि उसे अचानक हिन्दुस्तान आना पड़ा। पर जब वह लौटकर वहाँ गया तो पता चला कि उसकी पत्नी ने कुछ प्रमाण इकट्ठे करके तलाक की कार्रवाही को रद्द करा दिया और अब वह तलाक देने से इनकार करती है। अब यदि वह यह

बताता है कि मैंने भारत में जाकर शादी कर ली है, तो उसे जुर्म में क़ैद हो जाती, उसका धन्धा चौपट हो जाता। नतीजा यह हुआ कि उसे चुप हो जाना पड़ा और हिन्दुस्तान वाली शादी गैरक़ानूनी मान ली गई।

लता कुछ महीने तो खोई-खोई-सी रही, पर वह थी बड़ी समझदार। वह कालिज में दाखिल हो गई, और एम० ए०, बी-टी० करके अब वह एक कन्या पाठशाला की हेड-मिस्ट्रेस है। उसने एक-दो अनाथ लड़कियाँ पाल ली हैं। समाज में उसका बड़ा सम्मान है। कालिज की लड़कियाँ उस पर न्यौछावर हैं।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि अगर कोई कमज़ोर दिलवाली लड़की लता के स्थान पर होती तो उसका जीवन रो-रोकर कटता। वह दुख के अंधकार में अपना रास्ता भूल गई होती। समझदारी इसी में है कि इन्सान दुख या क्रोध की लपेट में आकर अपना मानसिक सन्तुलन न खो बैठे। ताव में आकर अचानक किसी को बुरी-भली सुना बैठना, हमला कर देना या दुख से घबराकर किसी प्रकार की कोई नासमझी कर बैठना, किसी का भेद खोल देना, या अपनी जान पर खेल जाना आदि जल्दबाजी में मूर्खतापूर्ण काम मानसिक अपरिपक्वता की ही निशानी हैं। मनोवेगों को क़ाबू में रखना चाहिए। धीरज रखकर छुटकारे का उपाय सोचना चाहिए, और अपनी सामर्थ्य, शक्ति और परिणाम को सोच-कर तब अगला कदम उठाना ही उचित है।

देखने में आता है मानसिक रूप से प्रौढ़ व्यक्ति अधिक सहनशील हँसमुख, विचार-शील, धीर और लोकप्रिय होते हैं। उनका गृहस्थ जीवन सफल होता है। वे एक उपयोगी नागरिक और ज़िम्मेदार गृहस्थ प्रमाणित होते है। वे अपने परिजनों, मित्रों, पड़ोसियों और सहकारियों के साथ अपनी पटरी जमाने में सफल हो सकते है। इस प्रकार उनका पारिवारिक और सामाजिक जीवन सफल पाया गया है।

इन्सान आशावादी है। वह नई-नई उम्मीदें करता है, सफलता की ऊपरी सीढ़ी पर उसकी दृष्टि होती है। यह एक तरह से शुभ चिह्न ही है, क्योंकि महत्त्वाकांक्षी होने से मनुष्य को कुछ करने की प्रेरणा मिलती रहती है। पर एक बात इन्सान को नहीं भूलनी चाहिए कि दुनिया में कोई भी पूर्ण रूप से सुखी नहीं है। सुखी वही है जो प्रतिकूल परिस्थितियों में भी मानसिक सन्तुलन नहीं खोता। कई दम्पति दुःख के समय इतना घबरा जाते हैं कि एक-दूसरे को बुरा-भला कहने लगते हैं। एक-दूसरे के माथे कसूर मढ़ते हैं। अपने अतीत का रोना रोते रहते हैं। जो बिगड़ गया है, उसी पर पछताते रहते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि वे वर्तमान की सुविधाओं का भी आनन्द नहीं उठा पाते। सोचने की बात यह है कि काँटे में भी फूल खिलते हैं, अतएव दुख में भी हँसना और हिम्मत रखना सीखें।

जीने का सलीका सीखें—जीवन को सफल और सुखी बनाने के लिए केवल शिक्षा या धन ही आवश्यक नहीं है, इसके अतिरिक्त कुछ और भी चाहिए। इसके लिए जीने का सलीका सीखना पड़ता है। जीवन को सुखी बनाना एक कला है। जब तक आप इस

कला से परिचित नहीं है, संसार की अनेक नियामतें भी आपके जीवन को सुखी नहीं बना सकतीं। दिनोंदिन रहन-सहन का मापदंड ऊपर उठ रहा है, उसके साथ ही मनुष्य की तृष्णाएं भी बढ़ती जा रही हैं। विज्ञान की उन्नति, शिक्षा का प्रचार, रहन-सहन की सुविधाएं, आर्थिक और सामाजिक सफलता के लिए परस्पर होड़ आदि हमारे पारिवारिक जीवन को अधिक शान्तिमय बनाने में सफल नहीं हो सके हैं। इसका एक मुख्य कारण यह है कि अधिकांश दम्पति विवाह का सच्चा उद्देश्य क्या है, इसे भूल बैठे हैं। चलचित्रों के नायक-नायिका के रंगीन सपनों को हम अपने जीवन में सफल होते देखने की कल्पना करते हैं। विवाह के प्रारम्भिक दिनों में दम्पति अपने मीठे सपनों में खोए रहते हैं पर शीघ्र ही वास्तविकता के धरातल पर उतरकर उन्हें समस्याओं का सामना करना पड़ता है। समझदार जोड़े परस्पर सहयोग से भरसक यत्न करके इन समस्याओं को धीरज के साथ सुलझा लेते हैं, पर अधीर और नासमझ दम्पति अपनी असफलताओं के लिए एक-दूसरे को बुरा-भला कहते हैं, विवाह को एक मुसीबत समझ उससे छुटकारा पाने की कोशिश करते हैं अथवा किस्मत को दोषी ठहराकर रोते-कलपते जीवन-यापन करते हैं। इससे उनका अमूल्य जीवन तो नष्ट होता ही है पर समाज का स्वस्थ वातावरण भी गदला हुए बिना नहीं रहता।

गृहिणी से घर है। अधिकांश स्त्रियों के जीवन-यापन का साधन ही गृहस्थी है अतएव महिलाओं पर इस बात की पूर्ण ज़िम्मेदारी है कि वे पारिवारिक जीवन को सफल और सुखी बनाने के लिए आदर्श गृहिणी, कर्तव्य परायणा माता और योग्य सहचरी बनने की योग्यता प्राप्त करें। बिना योग्यता, सेवा और त्याग के सुख व अधिकार प्राप्त करने की आशा करना मूर्खता है। अतएव इस बात की बहुत ज़रूरत है कि महिलाओं को आदर्श गृहिणी, पत्नी और माता बनने की शिक्षा अनिवार्य रूप से दी जाय ताकि वे सच्चे अर्थ में अपने गृहस्थ-जीवन को सफल बना सकें। अपने बच्चों की आदर्श गुरु बनकर, वे आने वाले युग की अनेक समस्याओं को मनोवैज्ञानिक ढंग से सुलझाने में सहायक बन सकें। जब बच्चे अपने माता-पिता के उदाहरण से आदर्श नागरिक, पति-पत्नी, माता-पिता बनने का मर्म समझ जाएंगे तो उनका भविष्य अधिक सुखद बन जाएगा, इसमें कोई सन्देह नहीं।

सुन्दर संगम—देखने में आता है कि जिस परिवार में माँ-बाप ने अपने बाल-बच्चों के संग मित्रतापूर्ण व्यवहार रखा है, ज़माने के परिवर्तन के साथ वे भी बदलते गए तथा अपनी सन्तान के नवीन दृष्टिकोण को समझने की कोशिश करते रहे, उस परिवार में परस्पर सहयोग और प्रेम बना रहा है। बचपन में जो माँ-बाप पथ-प्रदर्शक के रूप में थे और वे ही आगे जाकर परम हितैषी, सलाहकार और मित्र बन जाते हैं, इससे अधिक सुन्दर प्राचीन और अर्वाचीन प्रतीकों का संगम भला कहाँ होगा!

आज घर-घर में इसी सुन्दर संगम को सफल बनाने की चेष्टा की जानी चाहिए। इससे पारिवारिक असुविधाएँ बहुत कुछ हल हो जाएँगी। नवयुवक समाज पहले आदर्श

परिवार स्थापित करने में सफल होने की चेष्टा करे, बाद में आदर्श नगर और देश बनते देर न लगेगी। देश के नवनिर्माण से पहले गृहस्थी का नवनिर्माण होना अधिक ज़रूरी है। वृद्ध और नवयुवकों का जब पूर्ण सहयोग होगा, समाज की बहुत-सी कुरीतियां भी दूर हो जाएँगी। नवयुवकों का सहयोग पाकर वृद्ध अपने में नवजीवन की स्फूर्ति अनुभव करेंगे जब कि अनुभवी वृद्धों के साए में रहकर नवयुवक गुमराह होने से बच जाएँगे। अतएव आर्थिक, सामाजिक तथा धार्मिक उत्थान के लिए यह आवश्यक है कि गृहस्थी का नव-निर्माण तेज़ी के साथ किया जाय और समस्याओं को सुलझाकर पारिवारिक जीवन को परस्पर सहयोग से सब प्रकार से पूर्ण और सुखी बनाने की भरसक चेष्टा की जाय। सरोवर के कमलों की तरह स्वजनों का भी परस्पर सहायता और सहयोग से उत्कर्ष होता है।

सुखी समाज की आधारशिला—कहावत है घर-घर मिट्टी के चूल्हे हैं। पारिवारिक समस्याओं से कोई घर अछूता नहीं है। पर बाधाओं से जूझते हुए आगे बढ़ने का नाम ही जिन्दगी है। सुखी परिवार ही सुखी समृद्धशाली समाज का निर्माण करने में सफल होते हैं पर पारिवारिक जीवन तभी सफल हो सकता है जब कि दम्पति समझदार हों। वे अपने कर्त्तव्य को निभाने की भरसक चेष्टा करते हों। आजकल मध्यम वर्ग में पारिवारिक जीवन की आधारशिला हिली हुई है। क्योंकि दुर्बल चरित्र, स्वार्थ, असहनशीलता ने उन्हें पारिवारिक ज़िम्मेदारियाँ सँभालने के योग्य नहीं रहने दिया। ऐसे दम्पति विवाह के पवित्र बन्धन को कोसते हैं, पर देखा जाय तो यह उनके चरित्र की अपनी कमज़ोरी है, जो उनके वैवाहिक जीवन को सफल नहीं बनने देती।

पारिवारिक जीवन को सफल बनाने के लिए त्याग, सहनशक्ति, मानसिक प्रौढ़त्व और समझदारी की ज़रूरत है। पुरुष और स्त्री एक-दूसरे के पूरक हैं। इस नैसर्गिक सम्बन्ध को बनाए रखने के लिए समाज ने विवाह प्रणाली को स्वीकार किया। पर इस सम्बन्ध को केवल लोकापवाद के डर से निभाना असम्भव है। दाम्पत्य जीवन की सफलता शारीरिक आकर्षण की अपेक्षा पति-पत्नी की मानसिक और आत्मिक एकरूपता पर अधिक निर्भर है। यदि आपमें मानवोचित गुण हैं तो आप जिसे अपनाते हैं, उससे प्रेम करना भी सीख जाते हैं। प्रेम का दीपक लग्न के साथ जलाया जाता है, उसे वासनारहित प्रेम से सींचा जाता है और स्वार्थ, असहनशीलता, अविवेक आदि के झोंकों से उसे बड़ी साधना से, बड़े यत्नों से बचाया जाता है, तब जाकर वह गृहस्थाश्रम को प्रकाशपूर्ण और आनन्दमय बना पाता है।

विवाह का उद्देश्य—केवल शारीरिक आकर्षण की डोर से बँधकर यह सम्बन्ध स्थायी नहीं हो सकता। ऐसा प्रेम वासना की क्षणिक चिनगारी ज़रूर पैदा कर देगा पर आत्मा को आनन्दित नहीं कर सकता। महात्मा गांधी ने ठीक ही कहा है कि "विवाह का उद्देश्य पति-पत्नी के हृदय को हीन भावनाओं से शुद्ध करके उन्हें भगवान् के निकट ले जाना है। विवाह का आदर्श दो हृदयों की प्रेम-भावना तक ही सीमित नहीं है, यह

तो विश्व-प्रेम के मार्ग में एक पड़ाव मात्र है।"

आजकल समाज में विवाह के नाम पर एक प्रकार की बेच-खरीद चल रही है। दहेज और स्वयं को अर्पण करके स्त्री जीने का सहारा पाती है। इतना कुछ करके कई कन्याओं को रोटी, कपड़ा और आश्रय तो मिल जाता है पर जीवन-साथी तब भी नहीं मिल पाता। मन के मीत के अभाव में उनका जीवन अधूरा, अतृप्त और असन्तुष्ट ही बना रहता है। विवाह के सच्चे उद्देश्य को भूलकर अर्थ प्रधान दृष्टिकोण को अपनाकर लोग भूखे भेड़िए की तरह धन की तलाश में घूम रहे हैं, परिणामस्वरूप गृहस्थाश्रम की सुख-शान्ति, सुरक्षा और पवित्रता नष्ट हो रही है। पुरुष यदि केवल भोग-विलास की तृप्ति के लिए और स्त्री आर्थिक सुरक्षा के लिए ही विवाह करती है तो विवाह का उद्देश्य ही गलत हो जाता है।

गृहस्थाश्रम वही धन्य है जिस आश्रम में आनन्दभरा घर, चतुर सन्तान, प्रिय-वादिनी स्त्री, अभीष्ट धन, स्त्री में रति, आज्ञापालक सेवक, अतिथि सेवा, ईश्वर पूजा और सत्संग मिले।

जन्मभर किस-किस तरह से केवल निभा लेने की भावना गृहस्थ जीवन के सौन्दर्य और आनन्द को नष्ट कर देती है। देखने में आता है कि नवीनता मिट जाने पर पति-पत्नी एक-दूसरे से जल्द ऊब जाते हैं। यह शिकायत वे ही दम्पति करते हैं जो कि विवाह के बाद अपने प्रणय और रोमांस को सजीव रखने में असफल होते हैं। इस विषय में दोनों पर समान रूप से ज़िम्मेदारियाँ हैं। प्रेम की आधारशिला है सदाचार। यदि पुरुष के लिए संसार में अपनी पत्नी के सिवाय दूसरी स्त्री नहीं और स्त्री के लिए पति को छोड़ अन्य पुरुष नहीं तो नर-नारी का अभीष्ट आकर्षण उन्हें जीवनभर प्रणय में बाँधे रहेगा।

विवाह जीवन की सफलता पति-पत्नी की मनोस्थिति पर निर्भर है। विवाह को सफल बनाने के लिए यत्न करना पड़ता है, चतुराई से काम लेना पड़ता है, व्यवहार कुशलता प्राप्त करनी पड़ती है। जब जीवन-साथी के क़दमों के साथ मिलाकर अपने कदम स्वयं उठने लगें तब जीवन में सामंजस्यता आ जाती है और जीवन-यात्रा बेताल और बेसुर होने से बच जाती।

आप दुख को जीतना सीखें—देखने में आता है कि सुख-स्वास्थ्य, दूध-पूत, धन-दौलत, यश-मान, सभी कुछ होते हुए भी अधिकांश व्यक्ति दुखी रहते हैं। कोई विरला ही व्यक्ति होगा जो परिवार के कीचड़ में फँसकर भी कमल की तरह उससे अलिप्त और अप्रभावित रहा हो। तब क्या नानकजी की यह वाणी सत्य है कि 'नानक दुखिया सब संसारा' किसी ज्ञानी ने सुख की परिभाषा बहुत ही सुन्दर की है। उसकी दृष्टि में दुख ही व्यापक है। दुख के अभाव को ही सुख कहना उचित होगा।

तब तो यह मानकर ही चलना अधिक कल्याणकर होगा कि सुख तो दो दिन का साथी है, असल में दुख ही चिरसंगी है। इस चिरसंगी के साथ जो व्यक्ति समझौता करना जानता है, उसे दुख गहराई तक प्रभावित नहीं कर पाता। मनुष्य जीवन की

सार्थकता इन सांसारिक रगड़े-झगड़े से ऊपर उठने में ही है, नहीं तो ये आप पर हावी हो जाएँगे। आपको पराजित करके आपकी आत्मिक शक्ति को तोड़कर रख देंगे।

दुख के मूल कारण माने जाते हैं—अभाव, प्रियजन की मृत्यु, बीमारी, कुरूपता, शारीरिक बल की कमी, प्रेम में असफलता, ईर्ष्या, घृणा और डर।

उपरोक्त परिस्थितियों में प्रत्येक व्यक्ति की अनुभूति विभिन्न प्रकार से हो सकती है। किसी व्यक्ति के लिए अभाव का मतलब है जीवन की बुनियादी जरूरतों को पूरा करने के साधनों की कमी। सन्तोषी मनुष्य भगवान् से केवल इतना ही माँगकर सन्तुष्ट है कि—

"साईं इतना दीजिए, जामे कुटुम्ब समाए,
मैं भी भूखा न रहूँ, अतिथि न भूखा जाए।"

जबकि ठीक इसके विपरीत ऐसे लोग भी हैं कि सब कुछ पाकर भी तृष्णा के शिकार बने रहते हैं। उनकी 'हाय और,' 'हाय और' की पुकार कभी बन्द ही नहीं होती।

दुर्बल-हृदय व्यक्ति को यदि ज़रा-सा ज़ुकाम भी हुआ, या 99 डिग्री भी बुखार हुआ तो वह दिन में दस बार अपनी नब्ज़ देखेगा और इसी चिन्ता में परेशान रहेगा कि शायद अब उसे निमोनिया होने जा रहा है; जबकि दूसरों की चिन्ता में रत परोपकारी व्यक्ति अपना दुख-दर्द भूलकर बीमारी और अभाव में भी मेहनत करते देखे गए हैं। जीवन में असफलता दृढ़ निश्चयी को आगे बढ़ने की प्रेरणा देगी, उसके बहुमुखी विकास का कारण बनेगी, जबकि एक निराशावादी को जीवन में मामूली-सी असफलता भी आत्मघात करने की हद तक पागल बना सकती है।

इससे यह प्रमाणित होता है कि प्रतिकूल परिस्थितियों को हम वास्तव में दुख का कारण नहीं कह सकते। असल में यह प्रत्येक मनुष्य की अपनी-अपनी समझ, परख और जीवन के प्रति दृष्टिकोण है, जोकि अभाव, असफलता और प्रतिकूल परिस्थितियों को दुख की संज्ञा देने की अनुभूति प्रदान करता है। अब देखना यह है कि क्या धन-दौलत, स्वास्थ्य, सौन्दर्य, सन्तान-प्रेम, रास-रंग आदि मनुष्य के जीवन को सुख, शान्ति और सन्तोष से भर देने में असमर्थ हैं? क्या इनसे दुख जीता जा सकता है।

कर्मशील व्यक्ति के लिए तो धन हाथ का मैल है। उसको यदि कर्म में सफलता मिलती है, तो यही उसका इनाम है। हाँ, मेरा बैंक बैलेंस दिन पर दिन बढ़ रहा है और मेरा परिश्रम धन के रूप में साकार हो रहा है, यह जानकर चाहे किसी कंजूस को आत्म सन्तुष्टि हो, पर क्या वह स्वार्जित अपार धनराशि को स्वयं भोगता है? पुरुष-पुरातन की वधु लक्ष्मी चंचला है। अगर धन बटता नहीं और उसे होनहार पुरुषार्थियों का संरक्षण प्राप्त नहीं होता, तो वह ज़रूर नष्ट हो जाता है। धन मनुष्य को निर्मम, अधिकार से अन्धा और दम्भी बना देता है। अमीरों और धनिकों की अपनी मुसीबतें हैं। हरदम उन्हें अपने धन की रक्षा की चिन्ता बनी रहती है। आगे इसको सँभालनेवाला वारिस होना चाहिए, इसी चिन्ता में वे घुलते रहते हैं। निन्यानवे के फेर में पड़कर वे धन का सदुपयोग ही भूल जाते हैं। धन का बढ़ता हुआ ढेर ही उनके जीवन की चिन्ताओं का मूल बन जाता है। धन

साधन न होकर जीवन का ध्येय बनकर रह जाता है।

अब लीजिए स्वास्थ्य को। इसमें कोई सन्देह नहीं कि तन्दुरुस्ती हजार न्यामत है और सुन्दर तथा सुडौल काया एक वरदान है, पर यह भी तो चिरस्थायी नहीं है। कई बूढ़े, बच्चे, पंगु भी अपने में मस्त और सुखी पाये गए हैं, जबकि बड़े-बड़े पहलवान, नौजवान व रूप-गर्विता नारियाँ भी किसी रोग या दुर्घटना का शिकार होकर अपना गर्व खो बैठती हैं। सभी स्वस्थ पुरुष सुखी तो नहीं होते और न ही सभी आकर्षक सुन्दरियाँ पति की प्यारी हो होती हैं। जो वस्तु अपने को प्राप्त न हो उस ओर मनुष्य लपकता है। सुन्दरी युवती का पति भी दूसरी स्त्रियों के प्रति आकृष्ट होता देखा गया है।

युवावस्था में मित्रता, घनिष्ठता, विश्वास और भावुकता मिलकर प्रेम का रूप ले लेती है। मैं किसी का हो जाऊँ, किसी को अपना बना लूँ, यह लालसा प्रेमी को दीवाना बना देती है। प्रेमिका के बिना उसे दुनिया सूनी लगती है। उसको पाकर वह निहाल हो जाता है। पर थोड़े दिनों बाद जब प्रेम का खुमार उतर जाता है, तब वे ही प्रेमी-प्रेमिका एक-दूसरे के दोषों की कटु आलोचना करते नहीं थकते। कभी-कभी यौवन का यह उन्मादी प्रेम रोमांस की सुनहली गली को पार करके जब यथार्थता की भूमि पर से गुजरता है तो समझदार प्रेमी-प्रेमिकाएँ अपना सन्तुलन नहीं खोते। वे अल्हड़पन की उम्र के चोचलों पर हँसकर वर्तमान में समझौता करने की चेष्टा करते हैं। एक-दूसरे के गुणों को परखते हैं। उनका प्रेम विश्वास और सहयोग का पुट पाकर गम्भीर व स्थायी हो जाता है। पर वह प्रेम की विजय न होकर उनकी समझदारी की जय है।

प्रेम में ईर्ष्या या अधिकार की भावना ही दुख का कारण बनती है। सच्चा प्रेम किसी व्यवसाय में लगाई हुई पूँजी नहीं है कि जिसके बदले में प्राप्ति दिनों-दिन बढ़ती जाय, यह फिफ्टी-फिफ्टी का सौदा भी नहीं है। यहाँ तो देने में सुख है। लेने व देने का जहाँ हिसाब लगाने बैठे कि प्रेम दुख का कारण बन जाएगा। इस सिलसिले में एक घटना का उल्लेख करना ठीक होगा। एक धनी व्यक्ति था। उसने अपनी फर्म में अपने एक मित्र के लड़के को नौकरी दे दी। कुछ दिनों बाद वह नवयुवक उसकी पत्नी को अपने प्रेम के सब्जबाग दिखाकर बहका ले गया। जब उसके पति को उनका ठिकाना पता चला तो उसने अपनी पत्नी को पत्र लिखा कि 'अगर मैं चाहता तो इस बेवफा व्यक्ति को मरवा डालता। पर इससे वह शहीद-प्रेमी बनकर अमर बन जाएगा। क़ानून का सहारा लेकर मैं तुम्हें वापस

बन जाओ। और यह याद रखना मेरे घर का द्वार तुम्हारे लिए हमेशा खुला है।'

कहने की जरूरत नहीं कि रुपया खतम होते ही वह प्रेमी उस महिला को छोड़कर चला गया और वह अधिक अक्लमन्द बनकर अपने उदार पति के आश्रय में लौट आई। जहाँ दंड असफल रहता, वहाँ क्षमा बाज़ी मार गई।

लालसाओं का अन्त नहीं, एक के बाद एक बढ़ती ही जाती हैं। जिस बात की पूर्ति इन्सान अपने जीवन में नहीं कर पाता, उसकी पूर्ति वह अपनी औलाद के जीवन में देखना चाहता है। निःसन्तान व्यक्ति अपने वंश की बेल की समाप्ति की कल्पना करके दुखी होता है। उसे इस बात से सन्तुष्टि नहीं होती कि मनुष्य का नाम उसके सुकर्मों से अमर होता है। सन्तान जहाँ नाम चलाती है वहाँ डुबोती भी तो है। गृहस्थियों की अनेक चिन्ताओं की वजह सन्तान ही होती है। बच्चे का पालन-पोषण, उसकी तरक्की के लिए साधन जुटाने का काम क्या कम परेशानी का कारण है? औलाद के पीछे इन्सान कितने प्रलोभनों और दुर्बलताओं का शिकार बनता है। समस्यापूर्ण बच्चे माँ-बाप की ज़िन्दगी को किरकिरा करके रख देते हैं। इसलिए निःसन्तान व्यक्ति को इस पहलू से विचार करते हुए आत्मसन्तोष करना चाहिए। अपनी सन्तान नहीं तो, दूसरों के बच्चों को प्यार-दुलार कर अपने मन को प्रसन्न कर लें। किसी ग़रीब योग्य बालक को अपना लें, पर उसके अभाव में जीवन को नीरस क्यों समझें?

ज्ञानियों ने कहा है कि कर्म करो पर उसके फल की आशा मत करो। सुख फल पाने में नहीं, पर फल का लोभ त्यागने में ही है। सुख के पीछे बावले होकर दौड़ने में नहीं, अपितु कर्मशील बने रहकर दुख व मुसीबतों से जूझने में है। यदि आप दुख को जीत लेते हैं, उसे अपने पर हावी नहीं होने देते तो आप सुखी हैं। आसक्ति से दूर रहकर दूसरों के लिए जिएँ। जो मनुष्य अपने परिवार को, समाज को, देश को सुखी बनाने का प्रयत्न करता है, अपने को भूलकर दूसरों के लिए जीता है, उसी को जीने का सच्चा आनन्द मिल पाता है। माँ-बाप इसी प्रेरणा के वशीभूत होकर अपने बच्चों के लिए जीते हैं। उनकी सफलता, सुख और आनन्द में उन्हें सन्तोष मिलता है। इसी भावना को अधिक व्यापक बनाने का प्रयत्न करने से मनुष्य परिवार के दायरे से निकलकर समाजोपयोगी जीवन व्यतीत करने में समर्थ हो पाता है। माया-मोह, आर्थिक दृष्टिकोण, स्वार्थ, अर्थप्रधान नीति मनुष्य को जहाँ एक ओर स्वार्थी बनाती है, उसकी वृत्ति को संकुचित करती है, वहाँ दूसरी ओर दुख की अनुभूति को तीव्र भी कर देती है। वह चरित्र से दुर्बल हो जाता है, परिस्थितियों का दास बन जाता है और जीवन के वास्तविक सौन्दर्य से भी अनजान रह जाता है। उसकी दिलचस्पी, प्रेम, त्याग और सहयोग का दायरा संकुचित हो जाता है।

इन्सान दुर्बलताओं का पुतला है, वह परिस्थिति का दास बन जाता है, इस तथ्य को स्वीकार करके इन्सान को दूसरे को परखने की चेष्टा करनी चाहिए। आप जैसा व्यवहार अपने प्रति चाहते हैं वैसा ही दूसरे के प्रति करें। अपने मन को टटोलें। यदि आपकी आत्मा आपको चेतावनी देती है तो उसे सुनें। अपराधी और अन्यायी चाहे समाज से बच जाय पर आत्मा की कलुषता उसे चैन से नहीं रहने देगी। अपने को धोखा देना ही सबसे बड़ा धोखा है। पछतावा की अग्नि बड़ी दारुण होती है। उसमें तपे बिना आत्मा पवित्र नहीं हो सकती।

दूसरों से कुछ पाने में ही सुख नहीं है, देने में भी सख है। किसी भूखे को खाना

खिलाकर या किसी असहाय की मदद करके आपको जो आनन्द मिलता है, उसको दुआओं से आपका जो आत्मिक बल बढ़ता है, वह कुछ कम नहीं है। मैं भी दूसरों को सुख पहुँचा सकता हूँ, मेरे सहयोग की किसी को अपेक्षा है, यह भरोसा आत्मविश्वास पैदा करता है। जो इन्सान अपने को भूलकर दूसरों के लिए जाती है, उसको दुःख का प्रभाव नहीं व्यापता। अधिकांश माता और पत्नी अपने बच्चों व पति के लिए बड़ा से बड़ा दुख सहने को तैयार रहती हैं। उन्हें अपने खाने-पीने या आराम की याद बाद में आती है, पहले वे सन्तान व पति के सुख की सोचती हैं। इसीलिए माता का दर्जा पिता से भी अधिक ऊँचा माना गया है।

दुख को जीतने के लिए इन्सान को अपनी कमजोरियों को ही जीतना उचित होगा। स्वार्थ, माया-मोह, ईर्ष्या, क्रोध, द्वेष से ऊपर उठकर विवेचन करने पर ही मनुष्य दुख के शिकंजे से छूट सकता है, अन्यथा उसका शिकार होकर वह छटपटाता रह जाता है।

विवाह से पूर्व युवावस्था में जिस जीवन का आप केवल सुखद पहलू ही देखते रहे थे, गृहस्थी बनकर आपको उसके दूसरे पहलू का भी पता चलेगा। जीवन में उतार-चढ़ाव दुःख-सुख, सफलता-असफलता, आनन्द और खिन्नता सभी का सामना करना पड़ता है। ऐसी सूरत में मानसिक प्रौढ़त्व की बड़ी ज़रूरत होती है। उसके बिना आप डगमगा जाएँगे। बिना मानसिक प्रौढ़त्व के आप अपने जीवन-साथी को नहीं समझ पायेंगे और ना ही समाज में सामंजस्य ही स्थापित कर सकेंगे। पर अगर आप जिन्दगी के प्रति सही दृष्टिकोण रखकर चलेंगे तो आपका पारिवारिक जीवन अवश्य सुखी रहेगा।

31

आपका व्यवहार कसौटी पर

पारिवारिक कलह के कई कारण हो सकते हैं। यह मानी हुई बात है कि ताली दोनों हाथों से बजती है। फर्क इतना ही है कि अपराधी व्यक्ति जब अति कर जाता है तो भलेमानस की तोबा बोल जाती है और तब फिर वह भी बचाव या बदले की भावना से मैदान में उतर आता है। यदि पति-पत्नी दोनों ही इस बात की कोशिश करें कि झगड़े का मौका आने पर अपनी ओर से तरह दे जायँ, दूसरे का दृष्टिकोण समझने की चेष्टा करें, एक-दूसरे को उत्तेजित होकर जवाब न दें, चुभती बात न कहें, जीवन की असफलताओं को एक-दूसरे पर न थोपें तो लड़ाई बच सकती है।

एक मनोवैज्ञानिक का कहना है कि थोड़ी-बहुत लड़ाई तो दाम्पत्य जीवन में ताजगी ला देती है। मान-मनोवल, रोमांस का कारण बन जाता है। किसी बात को लेकर मन में

ही घुनना स्वास्थ्य के लिए बुरा है। इससे तो लाख दर्जे अच्छा है कि मन का गुबार निकल जाय। स्त्रियाँ रोकर, लड़कर अपना मन हल्का कर लेती है पर पुरुष मन ही मन कुढ़ता है और यही कारण है कि यदि उसका मन एक बार फट जाय तो जल्दी नहीं जुड़ता, पर नारी की सहनशीलता असीम है। जहाँ पति-पत्नी दोनों ही भावुक स्वभाव के होते हैं, वहाँ घर मे शीतयुद्ध का-सा वातावरण छा जाता है। ऐसी परिस्थिति मे पति-पत्नी परस्पर शिष्टाचार बरतते हैं, एक-दूसरे के प्रति अपना कर्तव्य करते है। सभा सोसायटी मे पति-पत्नी की तरह स्वाभाविक व्यवहार करते है पर यथार्थ रूप में वे एक दूसरे के जीवन-साथी नही होते। उन दोनों के बीच मे एक बर्फीली चादर पड़ी रहती है। उस ठंडे पर्दे के पीछे उनके प्रेम की चिता हृदय मे जलती रहती है। इसका परिणाम मनोवैज्ञानिक रूप से भी बहुत बुरा होता है। उनका स्वास्थ्य घुन खा जाता है, वैवाहिक सुख नष्ट हो जाता है और जीवन घुट-घुटकर कराहते हुए बीतता है।

प्रत्येक दम्पति का यह कर्त्तव्य है कि वह अपने मूल्यवान जीवन को कलह या शीत-युद्ध की वेदी पर बलिदान न होने दे। नीचे कुछ सुझाव देती हूँ यदि उन पर अमल किया जाए तो बहुत अंशो में घर में कलह रुक सकती है—

1. पति-पत्नी को एक-दूसरे के मित्र या रिश्तेदारो की कटु आलोचना नहीं करनी चाहिए। उनके चरित्र, रहन-सहन, आदतें, रूप-शृंगार, वेशभूषा आदि पर छींटें न उड़ाए जायें। ब्याह से पहले की कोई घटना पति-पत्नी की आलोचना का विषय नहीं होनी चाहिए। कई बार ऐसा भी होता है कि शादी से पहले कई और जगह भी पति-पत्नी के रिश्ते की बातें चली होंगी। यदि आप उनमें से किसी के विषय मे जानते हैं तो आपका यह कहना 'अजी, उस नाक पकौड़ा माथा चौड़े से तुम्हारी शादी हो गई होती तब पता चलता' ठीक नहीं है।

2. प्रत्येक पति का यह कर्त्तव्य है कि अपनी पत्नी के प्रिय रिश्तेदारों, सहेलियों आदि के विषय में कुछ जानकारी रखे और उनका प्यार और सम्मान से उल्लेख करे। यदि उनके पतियों से भी आपका परिचय हो सके तो अच्छा है। कई बार ऐसे मित्र बड़े सच्चे निकलते हैं और मुसीबत में काम आते हैं।

3. पति को भूलकर भी अपनी पत्नी की असफलता या कमियों का सबके सामने उल्लेख नही करना चाहिए। नौकर-चाकर, रिश्तेदार-मित्र आदि के सामने जलील होकर पत्नी अपने पति के प्रति बड़ी कटु हो जाती है। इसी तरह पत्नी को भी अपनी मित्र-मण्डली या रिश्तेदारो के सामने अपने पति की बुरी आदतें, बेपरवाही, फिजूलखर्ची और भुलक्कड़ स्वभाव का उल्लेख करके उसकी खिल्ली नही उड़ानी चाहिए। याद रखें ये रिश्तेदार और मित्र तो चले जाएँगे, बाद मे अपने जीवन-साथी के साथ निबटना तो आपको होगा। सो आपस मे मनोमालिन्य क्यों पैदा करें?

4 पुरुष का यह कहना 'अजी औरत की जात जो ठहरी' या स्त्री का यह कहना 'अजी, मर्दों का स्वभाव ही ऐसा है', इस तरह के 'रिमार्क जिसमें तमाम स्त्रियों पर दोष

आए या पुरुष मात्र अपराधी सिद्ध हों ठीक नहीं है। 'अजी, आपकी तरह तो कभी कोई आदमी नहीं करेगा' या 'तुम ही दुनिया में एक ऐसी विचित्र स्त्री हो जो इस ग़लत ढंग से सोचती हो।' 'बस-बस सुन ली तुम्हारी बात'; 'कभी कुछ अक्ल की बात भी करा करो'; 'राम जाने तुम्हें अक्ल कब आएगी'; 'मैं तो तुम से परेशान ही गया हूँ'; ऐसे रिमार्क न तो पति को पास करने चाहिएँ न पत्नी को।

5. 'तुम से व्याह करके मेरा जीवन अकारथ हो गया'। 'भगवान जाने कौन-सी मनहूस घड़ी थी जब मेरा तुमसे परिचय हुआ था। एक मैं ही ऐसी सीधी-सी मिल गई हूँ कि जैसा कहते हो वैसा करती हूँ। किसी दूसरी से शादी हुई होती तो पता चलता'; 'अपनी किस्मत को सराहो जी मेरे से व्याह हो गया, नहीं तो किसी गरीब के घर अपनी किस्मत को रोती होती'; पति-पत्नी को ऐसी चुभती बातें एक-दूसरे को हँसी में भी नहीं कहनी चाहिएँ।

6. पति और पत्नी के लिए काम बँटे हुए नहीं हैं। वक्त पर पति को भी घर की सार-सँभाल करनी आनी चाहिए। नौकर न होने पर घर के कामों में हाथ बँटाने में उसकी शान नहीं घट जाती। थोड़ा-सा सहयोग पत्नी को एहसानमन्द बना देता है। घर की कौन-सी चीज़ कहाँ रखी है, पति के अपने कपड़े, ज़रूरी फाइल, घर की चाबियाँ सभी उसे पता होना चाहिए। क्योंकि कभी यदि पत्नी को बाहर से लौटने में देर हो जाय तो पति को यह कहना अच्छा नहीं लगता कि 'तुम तो सैर-सपाटे में मस्त रहीं। मेरी अमुक चीज़ कहाँ है ? मैं इन्तज़ार में बैठा हूँ। मेरा तो काम का नुक़सान हो रहा है और आपको कुछ फिक्र ही नहीं !' इसी तरह प्रत्येक पत्नी को पति की गैरहाजिरी में पति के कामों की भी कुछ ज़िम्मेदारी सँभालने की जानकारी होनी ज़रूरी है।

7. पत्नी को इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि यदि पति अखबार पढ़ रहा है

या अपनी किसी फाइल को समझने में मग्न है तो उसे बच्चों या घर की व्यवस्था अथवा कहीं मिलने जाने का उस समय तकाज़ा करना या प्रोग्राम समझाना ठीक नहीं है। हो सकता है उस समय वह आपकी बात को अनसुनी करके बेख्याल में ही 'ठीक है' कह दे और बाद में आप उसका इन्तज़ार ही करती रहें और वह आपसे मिले न। फिर तो मिलने पर वह कुछ-कुछ सपेगी कि पूछो मत। आप कहेंगी कि मैंने आपको चलते समय सब समझा दिया था, आपने 'ठीक है' भी कहा था, और यहां मैं छ घंटे से आपका इन्तज़ार कर रही हूं और वह कहेंगे कि मैंने तुम्हारी बात कुछ नहीं सुनी थी। मैं बिना चाबी के दो घंटे घर से बाहर बैठा रहा। मुझे क्या मालूम तुम यहां आई हुई हो।

8. पत्नी के पलंग, शृंगार मेज़ अथवा ड्रेसिंग आलमारी में आप गड़बड़ी न फैलाया करें। मोटर की मशीनरी में सने आपके हाथ, धूल से भरे पांव, तेल के भरे कपड़े इन जगहों पर नहीं आने चाहिएं। आप कहेंगे कि मैं तौलिया या कोई चिथड़ा ढूंढ रहा था। पर याद रखें आपके पांव और गंदे हाथों से पत्नी की अच्छी-भली पोशाक, साफ़-सुथरी शैया और करीने से सजी ड्रेसिंग टेबल सत्यानाश हो सकती है। ऐसा करने पर आपकी पत्नी का पारा ऐसा चढ़ेगा कि फिर आपकी खैर नहीं।

9. बच्चे की ग़लती पर आप उसे प्यार से समझाएं, चाहे सज़ा दें पर उसके कारण पत्नी की आदतों, स्वभाव और खानदान को कोसने की ज़रूरत नहीं। आम तौर पर पुरुष बच्चों की अच्छी आदतों के लिए श्रेय खुद ले लेते हैं और बुराइयों और न्यूनताओं के लिए पत्नी और उसके पीहर वालों को दोषी ठहराते हैं।

10. पत्नी को जब आप कहीं ले जाने का वायदा करें तो उसे निभाएं। यदि किसी कारण से ऐसा नहीं कर सके हैं तो माफ़ी मांग लें। उसे इन्तज़ार में रखकर समय पर न पहुंचना और घर आने पर उसका लटका हुआ चेहरा देखकर डांटना-डपटना बहुत ही ग़लत काम है। इसी प्रकार कुछ पुरुष यदि पिकनिक या यात्रा पर जाएंगे तो रास्ते में बच्चों और पत्नी को कुछ कमी रह जाने पर फटकारेंगे। इससे सारा मज़ा किरकिरा हो जाता है और आगे को आपकी पत्नी और बच्चे आपके साथ कभी बाहर जाने को उत्सुक नहीं रहेंगे।

11. जब पति-पत्नी में से कोई बीमार हो, चिन्तित हो, असफलता और निराशा के कारण दुखी हो तो जीवन-साथी का यह कर्त्तव्य है कि अपने जोड़े को धीरज बंधाए, उसकी सेवा करे। चाहे असफलता के लिए वह खुद ही दोषी क्यों न हो, पर अपने साथी से वह ऐसे समय में सहानुभूति की आशा करता है। ऐसे समय में यदि पति या पत्नी दोनों में से कोई भी अपने साथी की खिल्ली उड़ाता या उसे धिक्कारता और बुरा-भला कहता है तो उसकी कटु स्मृति बनी रहती है और वह अपने जीवन-साथी के प्रति आस्था खो बैठता है। उससे अपने दुख-दर्द की नहीं कहता।

12. आम तौर पर देखने में आता है कि कई पति अपनी पत्नी के प्रति, जब कि वह बीमार हो या गर्भवती हो, कुछ शीतल व्यवहार करने लगते हैं। जब कि ऐसे समय में

उसे अधिक प्रेम और सहानुभूति की ज़रूरत होती है। पत्नी के हृदय में यह विश्वास नहीं बैठना चाहिए कि मेरा पति मेरी स्वस्थ काया का ही भोग करता है परन्तु जब मैं

बीमार होती हूँ तो मेरी उपेक्षा करता है। मेरी एक सहेली ने मुझे बताया कि उसके तीन बच्चे हुए हैं और हर बच्चे की पारी उसका मन पति से अधिक-अधिक ही फटता गया। जब वह गर्भवती होती तो उसका जी मिचलाता, तबीयत गिरी-गिरी-सी रहती। इससे मन रोने-रोने को करता। प्रसव उसे कष्ट से होता था, इस कारण भी वह चिन्तित रहती, सोचती यदि मुझे कुछ हो गया तो मेरे बच्चों का क्या होगा ? एक-दो बार उसने अपने पति से अपने मन का डर कहा भी पर पति ने उसको दुलार-पुचकार के सान्त्वना देने के बदले उल्टा उसकी बात की खिल्ली उड़ाई कि 'क्या तमाशा बनाया हुआ है ? इतनी औरतों के बच्चे होते हैं, सभी का जी मिचलाता है, थोड़ी-बहुत तकलीफ होती ही है। तुमने तो तूफ़ान उठाया हुआ है। तुम्हारे बच्चा होनेवाला है तो कौन-सी अनहोनी बात

हो गई। तुम तो यह चाहती हो कि मैं तुम्हारी खटिया से बँधा बैठा रहूँ।'

जब-जब उसके बच्चा होने को हुआ उसने अपनी पत्नी को या तो पीहर भेज दिया या अस्पताल मे पाँच दिन पहले से ही दाखिल करा दिया। इन सब बातो से उसकी कोमल और भावुक पत्नी को बड़ा दुख हुआ। इसका परिणाम उनके सेक्स-जीवन पर भी इतना बुरा पड़ा कि फिर उसकी पत्नी ने सेज पर कभी सहयोग ही नही दिया। इससे उनका जीवन नीरस और शुष्क हो गया। कुछ साल इसी तरह गुजरे, अन्त मे पत्नी ने संन्यास ले लिया और अब वह किसी आश्रम मे सेवा कर रही है।

13. पति-पत्नी को एक-दूसरे के चरित्र पर आक्षेप नही करना चाहिए। सन्देह और ईर्ष्या इन दोनों से बचना चाहिए। प्रेम बाँधकर नही रखा जाता। यदि आपको अपने जीवन-साथी के व्यवहार में शीतलता का अनुभव हो तो अपने व्यवहार को भी कसौटी पर कसे। सोचें किधर कमी है जो जीवन-साथी का मन मुझसे विमुख हो रहा है। यदि सचमुच मे बेवफाई की गई है तो खुलकर बात कर ले। इस मामले मे प्यार से ही समझौता होना चाहिए। कटु वचन, कर्कश स्वभाव, उपेक्षा, शीतलता, असुरक्षा, ढिलाई आदि बातें भी जीवन-साथी को कुमार्ग में ढकेलने की दोषी हैं। सोचिए कही आप में ऐसा कोई दोष तो नही बन पड़ा है। जब पुरुष को घर में चैन, प्यार के दो शब्द और *व्यवस्था का अभाव होता है तो वह दूसरी जगह इसे खोजता है* और इस भटकने मे कभी-कभी वह किसी के फन्दे में भी फँस जाता है। इसी प्रकार यदि पत्नी को अपने पति में एक सहयोगी, प्रशसक और प्रेमी का रूप नहीं दिखता तो वह परपुरुषो की सहानुभूति सहारा और प्रशसा की लोभी बन जाती है। अगर देखा जाय तो इन दोनो परिस्थितियो में न तो पति पत्नी से विमुख होने के इरादे से भटकता है, न पत्नी का ही विचार पति को धोखा देने का होता है। पर अपने-अपने जीवन-साथी की गलती से दोनों के पांव लड़-खड़ा जाते हैं और उनका प्रेम का भूखा मन शान्ति पाने के लिए छटपटाने लगता है।

ऐसी परिस्थितियों मे यदि पति-पत्नी अपने-अपने व्यवहार को परखें, न्यूनताओं को अपने में ढूँढें और ईमानदारी से अपनी गलती सुधार ले तो लड़ाई का मूल ही मिट जाय। अच्छा, नीचे परखने के लिए कुछ नियम दिए जाते हैं। आप इस कसौटी पर अपने व्यवहार को परखें। जितने प्रश्नो का उत्तर आपको, हाँ' मे मिलेगा उतने अधिक नम्बर आपको प्राप्त होगे—

1. क्या आप एक-दूसरे की मित्र-मण्डली को पसन्द करते हैं?
2. क्या आप एक-दूसरे के रिश्तेदारो को निभाते हैं?
3. क्या बच्चों के पालन-पोषण के मामले में आप एकमत हैं?
4. क्या आप एक-दूसरे की बात ध्यान से सुनते हैं?
5. क्या आप अपनी छुट्टियाँ और शाम एक साथ गुजारते है?
6. क्या आप एक-दूसरे के कार्य की आलोचना करने से बचते हैं?
7. क्या आप एक-दूसरे की उसके प्रयत्न और सफलताओं के लिए प्रशसा करते हैं?

8. क्या आप एक-दूसरे की भूलों को अनदेखी करते हैं ?
9. क्या आप एक-दूसरे के लिए सुखद और प्रियकर सेज-साथी हैं ?
10. क्या आप कभी-कभी अपने जीवन-साथी को अपनी मित्रमण्डली के साथ छुट्टी बिताने की सहर्ष आज्ञा देते हैं ?
11. क्या आपको यह पूरा यकीन है कि वह आपको प्यार करता या करती है ?
12. क्या आप अपने जीवन-साथी को तन-मन से सच्चा प्रेम करते हैं ?
13. यदि आपको अपने जीवन-साथी की प्रत्येक हलचल और खर्च का पता न हो तो आप इसे स्वाभाविक समझते या समझती हैं ?
14. क्या आप अपने जीवन-साथी की फिजूलखर्ची या कंजूसी की आदत के प्रति सहनशील हैं ?
15. क्या आप अपने बच्चों को अपने जीवन-साथी की तरह होने की चाहना करते हैं ?
16. क्या आप अपने जीवन-साथी की अपने से तुलना करते हुए स्वयं को एक अधिक सफल और आदर्श साबित करने के प्रलोभन से बचते हैं ?
17. क्या आपस में आप हास-परिहास और प्रेम-प्रदर्शन करते हैं ? और एक-दूसरे अपने प्रेम का विश्वास दिलाते हैं ?
18. क्या वियोग आपको अखरता है ?
19. जब आपके जीवन-साथी को आपकी मदद, प्रशंसा और प्रेरणा की ज़रूरत होती तब क्या आप उसकी माँग पूरी करते हैं ?
20. जब आपकी शादी नहीं हुई थी उसकी अपेक्षा क्या अब आप अपने को अधिक सुखी और सम्पूर्ण समझते हैं ?

अब आप ईमानदारी से इन प्रश्नों का उत्तर दें। यदि आपमें किसी बात की कमी है तो अपने जीवन-साथी के साथ बैठकर दिल खोलकर परिस्थिति पर विवेचन करें। यदि आप चेष्टा करें तो आपका जीवन अधिक पूर्ण और सुखी हो सकता है। याद रखें जीवन बड़ा क़ीमती है। मृत्यु के बाद तो सब रहस्य ही है। फिर मानव जीवन पाकर उसका पूरा सुख न उठाना कितनी भारी भूल है। आप हरचन्द कोशिश करें कि अपने जीवन-साथी के संग भली प्रकार निभा सकें। यदि आप अपना पार्ट ठीक से कर रहे हैं तो आधे से अधिक विजय तो हो ही गई समझिए। बच्चे पति-पत्नी को बाँधने वाले सबसे अधिक मज़बूत बन्धन है। माँ-बाप दोनों ही बच्चों को प्यार करते हैं। अपने जीवन-साथी के प्रति सबसे बड़ा आकर्षण यह होता है कि यह मेरे बच्चों का बाप या माँ है। हम दोनों को सन्तान का प्रेम एकसूत्र में बाँधे हुए है। विवाह में ही सुरक्षा और सम्मान है। उसके बाहर का रोमांस और सेक्स-सम्बन्ध ख़तरे और तिरस्कार और सामाजिक आलोचना से भरा है। मनुष्य समाज की उपेक्षा नहीं कर सकता, इस कारण भी बन्धन टूटते नहीं, हाँ, कटु अवश्य हो जाते हैं, पर फिर चेष्टा और क्षमाशीलता से यह कटुता भी दूर हो सकती है। बड़ा से बड़े अपराध क्षमा करके इन्सान मानवता से ऊपर उठकर देवत्व तक पहुँचा है

और बुरे से बुरे इन्सान में भी कोमल भावनाएँ जाग्रत हुई हैं। कांटों में भी फूल खिलते हैं।

प्रेम करने के लिए यह ज़रूरी है कि इन्सान अपने साथी की खूबियों को परखे, उनकी क़द्र करे। उसे विकसित होने में सहयोग दें। प्रबल व्यक्तित्व वाले व्यक्ति अपने जीवन-साथी का काया-कल्प कर देते हैं। जिस प्रकार पारस लोहे को भी सोना बना देता है उसी प्रकार प्रभावशाली व्यक्ति अपने जीवन-साथी की न्यूनताओं को पूर्ण कर देता है। अपने साथी को भी प्रगति के पथ पर अपना साझीदार बनाकर आगे बढ़ना ही तो प्रभावशाली व्यक्तित्व की सार्थकता है।

प्रत्येक मानव दुर्बलताओं का पुतला और परिस्थितियों का दास है। भूल-चूक हरेक से हो सकती है, पर सच्चा जीवन-साथी वही है जो लड़खड़ाते मित्र को थाम ले। गुणी को तो पराए भी प्रेम करते हैं। अपने वे हैं जो बुराइयों और असफलताओं में भी हाथ पकड़े रहें। यही तो प्रेम की कसौटी है।

प्रौढ़ावस्था की कुछ समस्याएँ

आयु के साथ ही हमारे शरीर की कुछ क्रियाओं, ग्रन्थियों के स्राव ग्रौर शारीरिक शक्ति आदि में परिवर्तन होता रहता है। इन शारीरिक परिवर्तनों का प्रभाव हमारे मन पर भी पड़ता है। इससे हमारी रुचि भी बदलती है। समझदार दम्पति इस शारीरिक ग्रौर मानसिक परिवर्तन की पृष्ठभूमि को समझकर तदनुसार व्यवहार करते हैं। इससे प्रौढ़ावस्था में उनके दाम्पत्यजीवन का सामंजस्य बिगड़ने नहीं पाता। जो दम्पति इस पृष्ठभूमि के स्वाभाविक परिवर्तन को सहज रूप में स्वीकार करते हैं उनको ग्रधिक समस्याग्रों का सामना नहीं करना पड़ता। ग्रन्यथा ग्रनेक स्त्रियों में 'हमारा यौवन ग्रब चला' यह विचार उनकी ग्रसन्तुष्टि को ग्रधिक उभार देता है ग्रौर उनकी कामवासना की तृप्ति की माँग ग्रधिक बढ़ जाती है। वे ग्रपनी ग्रायु का ध्यान न रखती हुई कभी-कभी ग्रशोभनीय ढंग से व्यवहार ग्रौर शृंगार करने लगती हैं। इससे वे हास्यास्पद बनती हैं। कुछ पुरुषों को भी यह ग़लतफहमी हो जाती है कि स्त्री के शरीर में प्रौढ़ावस्था में जो परिवर्तन होते हैं उसके बाद उसकी सेक्स की चाह समाप्त हो जाती है। पति-पत्नी दोनों यदि प्रौढ़ावस्था में इस प्रकार की गलतफहमी के शिकार होते हैं तो उनका जीवन समस्यापूर्ण बन जाता है।

प्रौढ़ावस्था में स्त्री ग्रौर पुरुष की समस्याएँ भिन्न-भिन्न होती है। स्त्री के शरीर में परिवर्तन होने का कारण उसका ग्रनियमित मासिक धर्म, गर्भाशय में कुछ खराबी ग्रथवा मासिक धर्म का रुक जाना भी होता है। इन कारणों से कुछ दिन या कुछ मास स्त्री ग्रस्वस्थता ग्रनुभव करती है। उसके बाद ग्रपने खान-पान में उचित परिवर्तन करने

के बाद उसके दाम्पत्य जीवन की दिनचर्या में कुछ रुकावट नहीं आनी चाहिए।

इसी तरह पुरुष के शरीर में भी उत्तेजना और भोगने की शक्ति आयु के साथ कुछ कम हो जाती है पर उससे पति-पत्नी के प्रेम में न्यूनता नहीं आनी चाहिए। इतने साल एक सच्चे प्रेमी-प्रेमिका की तरह साथ रहकर पति-पत्नी यौवन की सुखद स्मृति के आधार पर प्रौढ़ावस्था के बाद भी अपने प्रेम को सजीव रख सकते हैं। यह कैसे सम्भव है, इस विषय में मैं आगे बताऊँगी। पहले महिलाओं के शारीरिक परिवर्तन के विषय में समझना ठीक होगा।

स्त्रियों का द्वितीय वय-सन्धिकाल—बचपन और किशोरावस्था के सन्धिकाल में कन्याओं के शरीर में कई परिवर्तन होते हैं। उनकी कुछ ग्रन्थियाँ सक्रिय हो जाती हैं, जिनसे उनके शरीर में यौवन के आगमन के चिह्न स्पष्ट हो जाते हैं। वक्षस्थल उभर आता है। मासिक धर्म चालू हो जाता है। रूप निखर आता है। स्वभाव में लज्जा और संकोच पैदा हो जाता है। उनकी अदाएँ मोहक हो जाती हैं। यह प्राकृतिक परिवर्तन मानो उनके शरीर के द्वारा माँ बनने के लिए उपयुक्त पृष्ठभूमि तैयार करने की तैयारियाँ हैं।

स्त्री की गर्भधारण की अवधि आम तौर पर 25 या 30 वर्ष की होती है। इस बीच उसे मासिक धर्म होता रहता है। चालीस के बाद धीरे-धीरे उसकी ओवरी धीमी पड़ जाती है और मासिक धर्म बन्द होने के चिह्न स्पष्ट होने लगते हैं। साधारणतया पहले रुधिर स्राव कम मात्रा में होने लगता है, फिर दो-चार महीने बीच-बीच में नागा पड़ता रहता है। इसके बाद धीरे-धीरे मासिक धर्म अपने-आप बन्द होता है। जिन महिलाओं का स्वास्थ्य अच्छा है, युवावस्था में मासिक धर्म नियमित रूप से होता रहा और गर्भाधान और प्रसव में कोई खराबी पैदा नहीं हुई, उनका मासिक धर्म द्वितीय वय-सन्धिकाल में इसी प्रकार सहज ढंग से बन्द हो जाता है। मासिक धर्म के बन्द होने को अंग्रेज़ी में मेनोपॉज़ (Menopause) कहते हैं। यह प्रायः 45 और 50 वर्ष की आयु के बीच में होता है। मासिक धर्म बन्द हो जाने के बाद गर्भाधान की सम्भावना समाप्त हो जाती है। पर इसका यह मतलब कभी नहीं कि स्त्री सम्भोग में रुचि लेनी छोड़ देती है या उसे इसकी ज़रूरत नहीं होती।

कई महिलाएँ इस द्वितीय वय-सन्धिकाल के आगमन से बहुत घबराती हैं। इस विषय में अपनी सहेलियों के अनुभवों से भी वे अधिक परेशान हो जाती हैं। माना कि कई बहनों को मासिक धर्म के बन्द होने के काल में बहुत अधिक रुधिर स्राव हो जाता है। उनके बदन में दर्द रहता है। शरीर के जोड़ सूज जाते हैं और देह भारी हो जाती है। ऐसी शिकायतें उन स्त्रियों को होती हैं जिनका गर्भाशय अधिक गर्भधारण करने से अथवा किसी बीमारी के कारण कमज़ोर हो गया हो, जो नर्वस नेचर की हो, जिन्हें कोष्टबद्धता रहती हो, जिनकी दिनचर्या और भोजन सन्तुलित न होने के कारण शरीर के जोड़ों में विष इकट्ठा होता रहा हो और शरीर में चर्बी बढ़ गई हो। इसलिए आप जब चालीस की उम्र पार

कर लें तो इन शिकायतों से बची रहने की चेष्टा करें।

चालीस की आयु को पहुँची हुई महिलाओं को मेरी यह सलाह है कि वे द्वितीय वय-सन्धिकाल के चिह्न प्रकट होने पर किसी प्रकार की चिन्ता न करें। उन्हें कुछ साल पहले से ही इस विषय में तैयार रहना चाहिए। सहेलियों की डराने वाली और बढ़ा-चढ़ाकर बताई गई बातों की ओर से किसी प्रकार का ध्यान न दें। माहवारी बन्द होना भी एक शरीर-धर्म है। जब ओवरी 'ओवम' पैदा करना बन्द कर देती है तो मासिक धर्म बन्द हो जाता है। पर कुदरत शरीर के सन्तुलन को बिगड़ने नहीं देती। ओवरी के निष्क्रिय हो जाने पर कुछ अन्य ग्रन्थियाँ अधिक स्राव द्वारा शरीर के हारमोन का सन्तुलन बनाए रखती हैं। यह हारमोन रस ही है जो शरीर में यौवन को सचेत रखता है। गुर्दों के कुछ ऊपर एड्रिनल (Adrend) ग्रन्थि स्थित है। ये ग्रन्थि ओइस्ट्रोजन (Oestrogen) रस तथा गले के पास की थायरॉड ग्रन्थियाँ हारमोन रस अधिक पैदा करके ओवरी के स्राव की कमी को पूरा कर देती हैं। इस प्रकार मासिक धर्म बन्द होने के कुछ मास बाद शरीर इन ग्रन्थियों का रस पाकर अपनी ताजगी बनाए रखता है। रही बात बुढ़ापे के चिह्न प्रगट होने की, तो सोचने की बात है कि बूढ़ा तो प्राणी उसी दिन से होने लगता है जब शरीर का विकास रुक जाता है। दिन पर दिन आयु बढ़ती ही है। आयु के साथ शरीर का कुछ न कुछ क्षय होता ही है। पर समझदार व्यक्ति सन्तुलित भोजन, नियमित दिनचर्या से यौवन को अधिक स्थायी बना लेते हैं।

मासिक धर्म बन्द होने पर कई महिलाओं को जिन दिनों में मासिक धर्म होता था उन्हीं तारीखों में शरीर में गर्मी की लहर-सी (Hot flush) आती है। कइयों को कमर में दर्द, सिर दुखने की शिकायत भी होती है। पर जैसा कि मैं पहले बता आई हूँ कि इन सब तकलीफों का कारण आम तौर पर मानसिक चिन्ता, डर और नर्वस सिस्टम से सम्बन्धित है। जिन स्त्रियों को यह भय रहता है कि हाय, अब मैं बूढ़ी हो रही हूँ, मेरा आकर्षण कम हो जाएगा, मैं अपने पति की सेज की सुखद साथिन नहीं रहूँगी—उन्हें इस वय सन्धिकाल के आगमन का एक धड़का-सा बैठ जाता है। जो महिलाएँ समझदार हैं, जिनका मानसिक स्वास्थ्य सुन्दर है, वे अपने दैनिक कार्यों में पूर्ववत दिलचस्पी लेती रहती हैं। शौक से खाती-पीती और व्यायाम करती हैं। उन्हें नींद अच्छी आती है। वे अपने रूप-शृंगार और काया की सुडौलता का विशेष ध्यान रखती हैं। यहाँ तक कि उनका सेक्स जीवन अधिक आनन्दप्रद हो जाता है, क्योंकि अब उन्हें गर्भवती होने का डर नहीं रहता। अनुभव और निश्चिन्तता उनको सेक्स जीवन में अधिक सक्रिय कर देती है और यदि उनके पति का स्वास्थ्य अच्छा है तो अधिकांश दम्पति का जीवन 50 से 60 वर्ष की आयु तक अधिक रोमांटिक और परस्पर समझदारी से व्यवहार करते बीतता है।

क्या सावधानी बरतें—जब आपको द्वितीय वय-सन्धिकाल के आगमन के चिह्न प्रतीत हों आप अपनी दिनचर्या में तदनुकूल उचित परिवर्तन कर लें, ताकि आपके शरीर का वज़न न बढ़ने पाये। सुबह-शाम नियम से व्यायाम करें या घूमने जायँ। यदि

आपको किसी तरह की कमजोरी महसूस हो या योनि से पीले रंग का स्राव अक्सर बहता रहे तो लेडी डाक्टर को अवश्य दिखा ले। क्योंकि सौ में से एक केस ऐसा भी होता है जब कि गर्भाशय में कैंसर की शिकायत का पता इसी समय लगता है। यदि आपके शरीर को नए हारमोन के संग सन्तुलन कायम करने में कुछ तकलीफ हो तो डाक्टर को दिखाएँ, वह आपको हारमोन की कुछ गोलियाँ खाने को दे सकेगा। यदि किसी प्रकार की कमजोरी महसूस हो तो इस उम्र में टानिक ट्रीटमेंट लें।

नहाने से पहले शरीर पर तेल की मालिश करवाएँ। इससे अंग अपनी सुडौलता कायम रख सकेंगे। सिर के बालों की विशेष देख भाल करें। उन्हें आँवले और सीकाकाई से साफ करके शुद्ध नारियल के तेल की खोपड़ी में कुछ देर मालिश करें। अपनी त्वचा की कान्ति की दूध, दही, फलों के रसों का सेवन और उबटन और मालिश आदि से रक्षा करें। पेट की सफाई का विशेष ध्यान रखें। यदि आपके दांत खराब हैं तो डेण्टिस्ट को दिखाएँ। खराब दाँतों को निकलवा दें, क्योंकि उनके कारण भी जोड़ों में दर्द रहता है और हाजमा खराब हो जाता है। ऊबड़-खाबड़, हिलते हुए दांतों को निकाल देना ही ठीक है। नकली दाँत लगवाकर आप अपने कपोलों की सुडौलता और मुँह के आकर्षण की रक्षा कर सकती हैं। अपने-पहनने ओढ़ने में रुचि लें। वेशभूषा में आयु अनुकूल फैशन और रंगों का चुनाव करें। उपयुक्त प्रसाधन भी करें। इससे आपके दाम्पत्य जीवन पर मनोवैज्ञानिक रूप से सुन्दर प्रभाव पड़ेगा।

पुरुषों से—स्त्रियों की आम शिकायत है कि पुरुष पचास की उम्र पार करने के बाद पत्नी में कम रुचि लेने लगते हैं और अपने धन्धे की ओर उनका ध्यान अधिक चला जाता है। इतनी ही शिकायत होती तब भी गनीमत थी। पुरुषों के प्रति स्त्रियों की यह भी शिकायत है कि उन्हें अपनी स्त्री में या उसके कामों में या तो कुछ प्रशसनीय दिखता नहीं या फिर वे पत्नी की हर सेवा और प्रयत्न पर अपना सहज अधिकार समझकर उसकी प्रशंसा करने की जरूरत ही नहीं समझते। स्त्री को यह बात तब और अखरती है जबकि वह देखती है कि पति महोदय पार्टियों और दावतों में मित्रों की पत्नियों की प्रशसा करते उनको काम्पलीमेंट देते नहीं थकते। उनके घर सजाने की कला, पहनने-ओढ़ने के शऊर और कलात्मक रुचि का बखान करते हुए वे यह सिद्ध कर देना चाहते हैं कि वे कितने सहृदय और गुणों के पारखी तथा महिलाओं को प्रसन्न करने में विशेष रूप से चतुर हैं। कुछ ऐसे पुरुषों की पत्नियों की ही यह शिकायत रहती है कि हमारे वह 'हमारे प्रति तो बड़े उदासीन रहते हैं पर अन्य स्त्रियों के प्रति उनकी रसिकता दिन पर दिन बढ़ती जा रही है। वे एक हद तक ठरकी बन गए हैं।'

पचास या पचपन की आयु तक अधिकांश पुरुषों के शरीर की भी ग्रन्थियां इतनी सजीव नहीं रहती हैं और उनमें पुंसत्व की मात्रा भी कम हो जाती है। ऐसी परिस्थिति में उन्हें अपनी पत्नी का और भी अधिक ध्यान रखना चाहिए। कुछ दम्पति की केस हिस्ट्री सुनने के बाद मैं इस निर्णय पर पहुँची हूँ कि पुरुष को जब यह पता चलता है कि उनमें

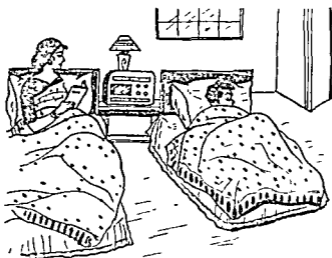
पुंसत्व कम हो रहा है तो वह अपनी पत्नी से कतराने लगता है। उसे यह डर बना रहता है कि आलिंगन, चुम्बन आदि के बाद यदि आगे मैं कुछ करने में असमर्थ रहा तो पत्नी के आगे मुझे हीनता का अनुभव होगा। ऐसे पुरुषों को मेरा यह सुझाव है कि वे अपनी शारीरिक दुर्बलता का पत्नी से कुछ पर्दा न रखें। असल में यह बात उससे छिपी तो रहेगी नहीं, फिर आपका खिचा-खिचा व्यवहार उसके हृदय में और भी कटुता पैदा करेगा। इससे पति-पत्नी के मध्य दूरी बढ़ती जाएगी। शहरी जीवन ने पुरुषों के पुंसत्व पर बहुत चोट की है। दिनभर बन्द कमरों में कुर्सी पर बैठकर काम करने और साधारण भोजन तथा जल्दबाज़ी ने उनका रहा-सहा दम भी तोड़ दिया है। पुरुष जब सेज के लायक नहीं रहता तो वह कुढ़ता है, चिड़चिड़ा हो जाता है। अपनी कटुता से वह परिजनों का जीवन भी दुखी बना देता है। पत्नी पर बात-बात पर भुनभुनाता है। बच्चों के खाने-पीने, खेलने, मौज़-बहार पर उसे चिढ़ होती है। हरदम ज़रा-ज़रा-सी बात पर वह पत्नी को बुरी-भली सुनाता रहता है। हरदम पत्नी से विमुख रहता है। काम की अधिकता व मानसिक अस्वस्थता की ओट में वह पत्नी को अपनी सेज से ही दूर रखता है। इस प्रकार अपने स्वभाव को समस्यापूर्ण बनाकर वह अपने दाम्पत्य जीवन में और भी कठिनाइयाँ पैदा कर लेता है।

ऐसे ही एक दम्पति डाक्टर वर्मा के पास आए। उनकी पत्नी सुमित्रा अपने पति के शुष्क व्यवहार के कारण बड़ी दुखी थी। उसने रो-रोकर मुझे अपनी कहानी बताई, बोली, "देखो बहन, पहले ये मेरे पहनने-ओढ़ने में इतना शौक लेते थे कि जब कभी मैं तैयार होती, कौन-से रंग की पोशाक मैं पहनूं, केशों में कहाँ फूल लगाऊँ, किस तरह सजूं —इन सब बातों में सुझाव देते, मुझे सजाते। गर्मियों की चाँदनी रात में घंटों हम एक-दूसरे का हाथ थामे बैठे रहते। ये मुझे फूलों से सजाते, प्रेमी-कपोतों की तरह घंटों गुटर-गुटर बातें करते हमें आधी रात बीत जाती। कितनी अबोध थी जब मैं शादी होकर आई थी। इन्होंने ही रास-रंग की दुनिया से परिचित कराया मुझे। शादी के पचीस वर्ष हमारे कितने सुख आनन्द से सुनहले सपने की तरह गुज़र गए! हमें देखकर सब यही कहते— 'यह तो हंसों का जोड़ा है।'

"मुझे क्या मालूम था कि प्रौढ़ावस्था पार करते ही इनके स्वभाव में यह परिवर्तन आ जाएगा। मैं क्या समझती नहीं कि अब शरीर से ये अशक्त हो गए हैं। हो सकता है कि संसार में पचपन-साठ के बीच कई पुरुषों में पुंसत्व काफी होता हो, पर कई इस मामले में समय से पहले दुर्बल हो जाते हैं। पर यह कोई पुरुष का कसूर तो नहीं है, अपना-अपना शरीर-धर्म ही तो है। अतएव स्त्री के साथ इस मामले में समझौता क्यों न कर लिया जाय? पत्नी से यह बात छिपी तो रहती नहीं। पुरुष को तो चाहिए कि अपने पुंसत्व की कमी अपनी ज़िन्दादिली से पूरा करें। बच्चों में, पत्नी के खाने-पीने, पहनने-ओढ़ने में, दिनचर्या में और हौबीज़ में दिलचस्पी लें। सबके साथ बैठकर गपशप करना, सैर-सपाटे के लिए जाना, गेम्स आदि खेलना भी तो पुरुष की संगति को अधिक रोचक बना देता है।

इसके अलावा प्रेमभरी बातचीत, लाड-दुलार, एक मित्र की तरह साझेदारी, सलाह-मशविरा भी तो पति को पत्नी का अधिक प्रिय बना देता है।

"बहन, आप सच मानें मुझे शारीरभोग की कोई लालसा नहीं है। मैं तो इस उम्र में एक प्रेमी और प्रशंसक के रूप में अपने पति को पाना चाहती हूँ, पर राम जाने इनका मन क्यों मुरझाया-मुरझाया-सा रहता है। कभी एकान्त में मेरे पास बैठते नहीं। अब मेरे किसी काम में इन्हें शौक नहीं। जिन्दगी में कुछ दिलचस्पी नहीं। रात को दोनों पलंग के बीच में रेडियो की टेबल सिराहने की ओर रखी हुई है। पहले तो रात को लेटकर पढ़ा करते थे, अब आफिस के कमरे में बैठकर ही पढ़ते रहते हैं। मैं या तो पास बैठी चुपचाप बुनती रहती हूँ या फिर अपने पलंग पर आकर लेटकर पढ़ने लगती हूँ। यह आकर करवट बदल-

कर सो जाएँगे। मैं रात को दो-दो बजे तक पढ़ती रहूँगी। मन भर आता है तो रो लेती हूँ। हम दोनों के बीच में एक ऐसा सन्नाटा खिंच गया है कि अब इनके पास अकेले बैठते डर लगता है। सोच-सोचकर दुख लगता है कि जो जीवन इतना अच्छा बीता वह बुढ़ापे में आकर इतना बोझिल क्यों हो गया?"

मैंने पूछा, "क्या मित्र-मण्डली के प्रति भी इनका ऐसा ही रूखा व्यवहार है?"

अपने आँसू पोंछकर वह बोली, "नहीं, यदि घर पर कुछ घनिष्ठ मित्र अपनी पत्नी सहित आ जाते हैं तो रमी खेलते हैं। खूब कहकहे लगते हैं। हँसते-बोलते हैं। हँसी-मजाक होता है। मेरी एक सहेली है। उसके पति भी हमारे बड़े मित्र हैं। उस सहेली से यह बड़े घनिष्ठ हैं। उस सहेली को मेरा यह सब दुखड़ा पता है। वह बड़ी मुँहफट है। उसने कई बार इन्हें समझाया कि 'तुम मुझसे तो खूब हँसते-बोलते, मसखरियाँ करते हो, अपने

व्यवहार में यही रसिकता तुम्हें अपनी पत्नी के प्रति दर्शित करते क्या काँटे चुभते हैं? उसे चूमने-चाटने में क्या कुछ विशेष मर्दानगी की ज़रूरत पड़ती है!' तब यह हँसकर कहते हैं, "सारी उम्र पत्नी से ही प्यार करते रहने से पुरुष के यौवन की ताज़गी मिट जाती है। बुढ़ापे में उसे एक हंसोड़ साली या माशूका चाहिए।"

सखी सुना देती, "हाँ ऐसी माशूका जो तुम्हारे पुंसत्व को न ललकारे और तुम्हारी आदर्श काल्पनिक प्रेमिका बनी रहे!"

सुमित्रा बहन की कहानी सुनकर मुझे बड़ा दुख हुआ। असल में उसके पति पुंसत्व-हीन होकर स्त्री-भोग के लिए असमर्थ हो चुके थे। पर उन्हें स्त्री के स्पर्श से जो एक गर्माहट बदन में आने से उत्तेजना और आनन्द आना चाहिए उसे प्राप्त करने के लिए वह

माशूका ढूंढते फिरते थे, ताकि उन्हें यह तसल्ली बनी रहे कि वह अभी भी कुछ स्त्रियों को रिझाने में समर्थ हैं। वह किसी के प्रेमी हैं, कोई स्त्री उन को पसन्द करती है। प्रशंसा भरी निगाहों से उनकी ओर ताकती है। उनकी प्रतीक्षा करती है। उनका सहारा ढूंढती है। इसी मृगतृष्णा के पीछे ऐसे पुरुषों ने अपना सुन्दर पारिवारिक जीवन किरकिरा कर दिया।

सुमित्राजी ने मुझे बताया कि उनके यह पति महोदय अपनी उदारता दिखाने में यहाँ तक आगे बढ़ गए हैं कि कई मित्र जो कि सुमित्रा जी के प्रशंसक हैं, उनको वह प्रोत्साहन देते हैं कि सुमित्राजी को अपने साथ शापिंग या सिनेमा ले जायें। पहाड़ पर छुट्टियाँ बिताने साथ ले जायँ। सुमित्रा को यही तो हैरानी होती है कि युवावस्था में यही पति

देव उसे चार दिन के लिए पीहर या किसी बहन-भाई के यहाँ नहीं जाने देते थे। अब छः-छः महीने वह पीहर रह आती है। उसके पति ने एक नई नौकरी टूरिस्ट विभाग में ले ली है जिसमें महीने में पन्द्रह दिन उन्हें बाहर ही रहना पड़ता है।

ऐसी समस्याएँ केवल सुमित्रा के जीवन में ही नहीं अपितु कई प्रौढ़ महिलाओं के जीवन में आती हैं। उन दम्पति को मैं निम्नलिखित सुझाव दूँगी—

1. अपनी पत्नी से अपनी शारीरिक दुर्बलता और भोग की असमर्थता की बात छिपाएँ नहीं। दोनों मिलकर अपने प्रेम-प्रदर्शन का नया ढंग सोच लें। याद रखें विवाह का मतलब केवल 'शरीर से एक' होकर ही नहीं है, अपितु 'मन और आत्मा से एक' होना है। *मन की तुष्टि से ही शरीर की तुष्टि भी हो जाती है।* बुढापे में शरीर-साथी की अपेक्षा मन के मीत की अधिक ज़रूरत होती है। पति-पत्नी यदि एक-दूसरे के गुणों की प्रशंसा करें, एक-दूसरे को अपने सुखद स्पर्श, सहयोग और सेवा से तुष्ट रखें तो शरीर की भूख भी शान्त हो जाती है। यदि प्रेमी-प्रेमिका की तरह वे एक साथ घूमने जाएँ या एक-दूसरे की रुचियों में भाग लें, एक-दूसरे के आराम का ध्यान रखें तो बुढापे में भी वह एक-दूसरे के लिए अनन्य बन जायें।

2. इतने साल साथ रहकर जो दुख-सुख की अनुभूति की है, सफलता-असफलता झेली है, उसके वे दोनों ही साझेदार हैं। फिर बुढ़ापे में बच्चे भी पति-पत्नी को एक सूत्र में बाँधे रहते हैं। अगर पति अपनी पत्नी को पारिवारिक सफलता और अच्छी सन्तान का पिता बनाने का श्रेय देता है तो पत्नी को इस बात से बड़ी तुष्टि होती है कि गृहस्थ-जीवन को सफल बनाने के लिए उसे ऐसा अच्छा जीवन-साथी मिला, जो बुढापे में भी उसकी कद्र करता है, तो मानो वह जीवन में सब कुछ पा गई, ऐसा उसे लगता है।

3 अगर पति-पत्नी के पास काफी समय है तो दोनों मिलकर समाज-सेवा में हाथ बँटाएँ। किसी की भलाई करके आत्मा को जो सन्तोष और तुष्टि होती है उससे इन्सान को बड़ा बल मिलता है। उसे अपना जीवन सार्थक प्रतीत होता है और वह जीना चाहता है। साहित्य चर्चा, धर्म चर्चा आदि में भी पति-पत्नी को मिलकर भाग लेना चाहिए। कुछ सीखते हुए, कुछ करते हुए यदि दिन बीतते हैं तो इन्सान को जीवन भार नहीं लगता है। यदि पति-पत्नी दोनों के जीवन का उद्देश्य एक हो जाय तो बुढापे में वे और भी अधिक नजदीक आ जाते हैं।

4. इसी समीपता और एकत्व को प्राप्त करने के लिए पति-पत्नी को प्रौढ़ावस्था के आरम्भ से ही प्रयत्न करना चाहिए; क्योंकि नौकरी से निवृत्त होकर और बच्चों के बोझ से निबट कर यदि पति-पत्नी को एक सूत्र में बाँधने वाली दिनचर्या, हौबीज़, जीवन का उद्देश्य आदि न हो तो उनकी परस्पर की दूरी बढ़ती जाती है।

जब अति हो जाती है—कई बार ऐसा होता है कि इन्सान के धीरज का अन्त आ जाता है। उसकी जितनी समर्थ होती है उतनी कोशिश करने के बाद भी जब वह देखता है कि उसके जीवन के आस-अरमान पूरे नहीं हुए हैं तो प्रौढ़ावस्था में आकर वह धीरज

खो बैठता है। उसकी आस्था हिल जाती है। जब वह देखता है कि बच्चे 'सेटल' हो गए हैं तो गृहस्थी के बन्धन तोड़कर या तो वह अपना जीवन समाज-सेवा, आध्यात्मिक ज्ञान की खोज और अपने रुचिकर प्रिय काम में सफलता प्राप्त करने में लगा देता है या फिर यदि उसे अपने आदर्श के अनुकूल कोई व्यक्ति मिल जाता है तो उसको अर्पण कर देता है। कुछ उदाहरण देती हूँ—

श्रीमान 'क' रेलवे में इंजीनियर थे, पहली पत्नी से तीन सन्तानें थीं। पैंतीस वर्ष की उम्र में वह विधुर हो गए और उन्होंने दूसरा विवाह किया। इस पत्नी से उनके दो लड़के हुए। श्रीमती 'क' बड़ी खर्चीली थीं। वेतन में जब पूरा नहीं पड़ा तो वह ठेकेदारों से भेंट स्वीकार करने लगीं। इस कारण से श्रीमान 'क' की बड़ी बदनामी हुई। उनकी रिपोर्ट खराब हो गई। पत्नी ने पति को दबाने और अपनी प्रधानता रखने के लिए घर में असहयोग पैदा किया। पत्नी की नीति अर्थ प्रधान थी। पति को यह पसन्द नहीं थी। धीरे-धीरे उनके परिवार में असन्तोष छा गया। विमाता से तंग आकर पहली पत्नी के दो लड़के घर से भाग गए। लड़की की शादी कर दी थी। कुढ़-कुढ़कर पति का स्वास्थ्य जब अधिक खराब हो गया तो पत्नी ने सोचा कि इन्हें टानिक खिलाऊँ, जिससे ये तगड़े हो जायें। जब उन्होंने कहा कि मुझे तो मानसिक कष्ट है, शारीरिक नहीं तो पत्नी ने भूख हड़ताल शुरू की। कभी पुलिस अफ़सर को फोन कर देती कि मेरे पति मुझ पर अत्याचार कर रहे हैं, मैं आत्महत्या करने जा रही हूँ। कभी डाक्टरों को फोन करती कि मेरे पति रोगी हैं, या पागल हैं; आप आकर उन्हें नर्सिंग होम में ले जाएँ। इसी बीच में ठेकेदारों ने काम इतना खराब किया कि एक पुल टूट गया। रेल दुर्घटना हो गई। श्रीमान 'क' की इसमें बड़ी बदनामी हुई। लोगों ने उनकी बदनामी की कि वह अपनी पत्नी के मारफत हज़ारों रुपए ठेकेदारों से घूस खा गए। जबकि उन्हें इसका कुछ पता ही नहीं था। इन सब बातों का श्रीमान 'क' को इतना धक्का लगा कि वह एक दिन घर से भाग गए। अभी तक उनका पता नहीं चला। अब उनकी पत्नी ऐसी पछता रही है कि पूछो मत।

हमारे पड़ोस में एक परिवार रहता है। उनकी केवल दो बेटियाँ थीं। बड़े लाड़-चाव से उन्होंने अपनी बच्चियों को पाला था। बड़ी बेटी का व्याह हुआ तो वह दुर्भाग्य से छः महीने में विधवा हो गई। दूसरी बेटी की शादी हुई। लड़का वकील था। बड़े मजे में उनके दाम्पत्य जीवन के दस बरस गुज़र गए। इस बीच उनके एक लड़की हुई; पर वह दो वर्ष की होकर मर गई। फिर चार-पाँच वर्ष जब कोई बच्चा नहीं हुआ तो पति और पत्नी दोनों ने अपनी डाक्टरी जाँच करवाई तो पता चला कि पति में पुंसत्व कम है इसलिए सन्तान होने की संभावना भी नहीं के बराबर है। इस जानकारी के बाद वकील साहब के व्यवहार में अचानक परिवर्तन होने लगा। वह बड़े चिड़चिड़े हो गए। पत्नी के प्रति बड़े कठोर और निर्मम बन गए। पत्नी ने कई बार समझाया कि मुझे सन्तान की या सेज-सुख की चाहना नहीं है। हम दोनों यदि एक-दूसरे को प्यार करते हुए ज़िन्दगी काट दें तो मुझे इसी में बड़ा सन्तोष है। पर पति महोदय को मन ही मन एक तो यह

निराशा थी कि औलाद न होने के कारण हमें ससुराल की जायदाद नहीं मिलेगी। दूसरी बात उन्हें अपनी शारीरिक असमर्थता पर भारी खेद था। पत्नी उनकी बड़ी स्वस्थ, सुन्दर और सुडौल थी। अपना आधिपत्य पत्नी पर जमाने के लिए वकील साहब ने उस पर न केवल कठोरता के साथ शासन ही करना शुरू किया, उसकी हर बात की कड़ी आलोचना भी करते रहते थे। पत्नी बेचारी बड़ी पतिव्रता थी वह रोती, अपने भाग्य को कोसती और अन्दर-ही-अन्दर घुनती रही। फिर वह सत्संग में जाने लगी। भक्ति में उसका मन रम गया। एक बार वह माँ के बीमार होने पर पीहर गई तो एक महीने बाद जब लौटी तो रात को वकील साहब स्टेशन पर लेने तक नहीं आए। जाड़े की रात थी। जब वह घर पहुँची, ग्यारह बज गए थे, क्योंकि गाड़ी उस दिन लेट थी। वह दरवाज़े पीट-पीटकर हार गई पर वकील साहब ने दरवाज़ा नहीं खोला। पड़ोस की स्त्रियों ने बहुतेरा कहा कि आओ, हमारे यहाँ रात काट लो पर बेचारी पति के डर से वहीं बरामदे में रातभर सिकुड़ी पड़ी रही।

इसी तरह कलपते-रोते कुछ साल और गुज़र गए। दोस्तों ने भी वकील साहब को बहुतेरा समझाया कि उस ग़रीब औरत पर इतना क़हर क्यों ढाते हो तो वकील साहब ने उन्हें भी बुरा-भला कहना शुरू किया। पत्नी को लाछना लगाई। इससे पत्नी बड़ी कलप उठी। हारकर वह इतनी तंग हो गई कि अब वह अपने पीहर आ गई है। अपनी बहन की तरह वह भी दिन-भर पूजा-पाठ में सन्यासियों का-सा जीवन बिता रही है। आज भी वह अपने पति की कभी आलोचना नहीं करती। मेरा भाग्य ही अच्छा नहीं था, यही कहकर बात टाल देती है।

अब आप ही देखिए कि यदि पति समझदार होता तो अपनी पत्नी का सच्चा जीवन-साथी बनकर सुख-चैन से उनकी गुज़रती। सेज का सुख नहीं था तो क्या हुआ, मानसिक सुख तो रहता। प्रेमी बनने के लिए तो ज़िन्दादिली, एक होकर रहना, प्रेम और प्रशंसा करनी, दुख-सुख में हिस्सेदारी, रुचि सादृश्यता, संगी भाव आदि की ज़रूरत है। पुरुष का पुंसत्व कम हो जाने का यह मतलब नहीं है कि शारीरिक बल के साथ ही साथ प्रेम का भी दिवाला निकल जाए।

प्रौढ़ दम्पतियों की समस्या अधिक कठोर है—मैंने इधर समस्यापूर्ण प्रौढ़ दम्पतियों के जीवन के जो आँकड़े इकट्ठे किए हैं उसमें अधिकांश की पत्नियों का यही रोना है कि पुरुष जब सेज के लायक नहीं रहता, वह बहुत निर्मम और कठोर हो जाता है। कई प्रेमालु पति भी इस उम्र में आकर या तो पत्नी के प्रति उपेक्षा दिखाने लगते हैं, या उससे कतराते हैं अथवा उपरोक्त वकील साहब की तरह पत्नी का जीवन दूभर कर देते हैं।

स्त्रियों के मामले में प्रौढ़ावस्था में असहयोग की संभावना कम होती है। कुदरत ने उनके शरीर की रचना ही ऐसी की है। यदि पति-पत्नी में प्रेम है और पति के शरीर में सामर्थ्य है तो पत्नी के माहवारी बन्द हो जाने पर भी उनके सेक्स जीवन में कुछ अन्तर नहीं आता। यही नहीं, ऐसा देखने में आया है कि यदि पति प्रौढ़ायु में भी पत्नी से

अधिक स्वस्थ और सुन्दर है, वह स्त्रियों को प्रिय है और पत्नी के स्वभाव और शारीरिक कुरूपता से विमुख होकर वह अन्य स्त्रियों में अधिक रुचि लेता है तो पत्नी का व्यवहार बड़ा कठोर और उपेक्षा पूर्ण हो जाता है। गतयौवना पत्नी कर्कशा होकर और भी अधिक असहनीय हो जाती है। परिणामस्वरूप रसिक और सुन्दर पति उससे चिढ़कर अपने मनोरंजन का साधन अन्य जगह खोजता है। इस प्रकार प्रौढ़ दम्पति के जीवन में एक दुश्चक्र-सा चलता रहता है। चाहिए तो यह कि इस आयु में आकर पति-पत्नी परस्पर अधिक संगी-भाव रखें। एक-दूसरे के अनुकूल ढलकर जीवन को अधिक सरस और सरल बनाएँ। यह बड़े लज्जा की बात है कि युवक दम्पत्ति की अपेक्षा प्रौढ़ दम्पत्ति के मतभेद अधिक कठोर होते हैं। हीन भावना से भरकर वे एक-दूसरे को नीचा दिखाने, एक-दूसरे के प्रति गिला-शिकवा को बढ़ाने और दोषारोपण करने में तत्पता रहते हैं। मतभेद को भुलाने के बदले वे उन्हें पुष्ट करते रहते हैं।

इस आयु में जबकि बच्चों की ज़िम्मेदारी ख़तम होने को होती है पति-पत्नी को एक-दूसरे को समझने, एक-दूसरे के संग समय बिताने की सुविधा होती है। यदि वे एक-दूसरे की रुचि और कार्यों में साझेदार बनें तो एक-दूसरे का मनोरंजन कई ढंग से कर सकेंगे। पति-पत्नी का प्रेम-प्रदर्शन केवल सेज तक ही सीमित नहीं होना चाहिए। साथ खेलें, घूमने जाएँ, खायँ पिएँ, घर के कार्यों में हाथ बटाएँ। पढ़ने-लिखने में एक-दूसरे की रुचि की प्रशंसा करें। ये सब प्रेम-प्रदर्शन के सुन्दर ढंग हैं। इससे मन को तुष्टि होती है। एक-दूसरे का प्रिय करते हुए, भलाई चाहते हुए मित्रवत व्यवहार करें। जिस प्रकार अच्छे मित्रों के संग रहकर मन प्रसन्न होता है वैसे ही समझदार जीवन-साथी जीवनभर दूसरे के अभाव को पूरा करता है और मन और आत्मा को आनन्दित करता रहता है।

आकर्षण बनाए रखें—हमारे यहाँ दाम्पत्य जीवन में एक बात की भारी कमी रहती है कि बुढ़ापा आने पर पति-पत्नी को अपने व्यक्तित्व को निखारने, अपनी वेशभूषा और रूप-सज्जा को सँवारने, सफाई से रहने आदि की ओर ध्यान ही नहीं रहता। मानो इन बातों का महत्त्व वे केवल युवावस्था तक ही समझते हैं। एक-दूसरे के प्रति साधारण शिष्टाचार तक निभाना छोड़ देते हैं। अपनी आदतों में भी वे गन्दे और बेपरवाह हो जाते हैं। एक-दूसरे की रुचि का ध्यान रखना भी भूल जाते हैं। एक-दूसरे का प्रिय करने की कभी सोचते ही नहीं। इस तरह के व्यक्ति न केवल शरीर से अपितु मन से भी बुढ़ा जाते हैं। उनका परस्पर व्यवहार बड़ा रूखा हो जाता है। उनकी मुसकान और नजरों में स्नेह नहीं रहता। जीवन की कटुता और असफलता के लिए एक-दूसरे को ज़िम्मेदार ठहराते हुए, वे आपस में या तो लड़ते रहते हैं या एक-दूसरे से तने रहते हैं।

पति-पत्नी को अपने बौद्धिक ज्ञान और सामाजिक जीवन को विकसित करना चाहिए ताकि उन्हें विचार-विनिमय के लिए और नए विषय सूझते रहें। देखने में आता है कि अधिकांश पति-पत्नी एक-दूसरे के घिसे-पिटे चुटकुले-घटनाओं का विवरण और आप-बीती वही पुरानी बातें सुन-सुनकर ऊब जाते हैं, इसलिए उन्हें एक-दूसरे की

संगति में बैठने में आनन्द ही नहीं आता। यदि वे अपने अध्ययन और सामाजिक जीवन में नवीन अनुभव और केस हिस्ट्री की जानकारी बढ़ाते रहें तो उनकी एक-दूसरे से बातचीत करने के लिए नवीन विषयों की कमी न रहे। एक-दूसरे की संगति का आकर्षण खो देना जीवन को और भी ऊबा देता है।

पति यदि यह दृष्टिकोण अपनाता है कि अब भला मुझे अपनी पत्नी से क्या लेना है इसलिए इसे प्रसन्न करने की क्या जरूरत है, तब तो उसका दृष्टिकोण ही गलत है। कई प्रौढ़ महिलाओं ने इस बात का रोना रोया है, कि जब से सेज का साथ छूटा है पति का स्वभाव बड़ा नीरस हो गया है। पत्नी की वे अब परवाह ही नहीं करते। न उनकी बातों में अब वह मिठास है, न एक साथ मिल-कोई काम करने की लालसा। अब तो उत्कंठा का स्थान उपेक्षा ने ले लिया है।

युवावस्था की सारी सरसता और स्नेह इस उपेक्षा के सामने लुट जाता है। होना तो यह चाहिए कि युवावस्था की सरस स्मृतियों के सहारे बुढ़ापा भी प्रेम रस से सिंच जाय और जिन्दादिली शारीरिक असमर्थता पर विजयी होकर बुढ़ापे को आनन्दमय बना दे।

सपने अधूरे क्यों?

हम लोग बहुत तेजी के साथ आधुनिक समाज के रीति-रिवाज, फैशन और नियमों को अपना रहे हैं। हमारे रहन-सहन, सामाजिक विचारधारा, जीवन के प्रति दृष्टिकोण आदि पर भी पाश्चात्य सभ्यता की छाप पड़ रही है, परन्तु तो भी हमारे कुछ बुनियादी आदर्श ऐसे हैं, जिनकी उपेक्षा हम नहीं कर सकते। उदाहरण के लिए विवाह को ही लीजिए। पाश्चात्य देश में विवाह दो व्यक्तियों के स्वेच्छा और सुविधा से साथ रहने का एक ठेका है। वहां शादी से पहले प्यार किया जाता है, जीवन-साथी एक-दूसरे को परख लेते हैं, तब विवाह होता है। इतना सब कुछ परखकर भी क्या वहां सभी प्रेम विवाह सफल होते हैं? आंकड़ों से तो ऐसा प्रतीत नहीं होता।

विवाह आर्थिक समस्या का भी हल है—कुछ अधिक आधुनिक लोगों का [illegible] विचार है कि हमारे देश में भी यदि लड़के-लड़कियां स्वतंत्र हों तो [illegible] [illegible]

है। विवाह के सूत्र में बंधकर गरीब-अमीर अशिक्षित सभी को परिवार और जीवन-साथी मिल जाता है। प्रायः करके प्रायः प्रत्येक लड़की ब्याही जाती है। वैवाहिक जीवन को सफल बनाना ही महिलाओं के जीवन का मुख्य कैरियर है। विवाह करके, गृहिणी बनकर उनकी रोटी और रोजी की समस्या हल हो जाती है। विवाह-संस्था हमारे समाज में अधिकांश नारी आबादी की रोटी-रोजी की समस्या हल करती है। हमारे समाज की [illegible] को बांधती है। मैंने कई पाश्चात्य युवतियों से इस मामले में बातचीत की, उनका कहना है, कि कई बातों में भारतीय बहनों की स्थिति हम लोगों से अच्छी है। उन सबका ब्याह हो जाता है। उन्हें अपना घर मिलता है। उनकी रोटी-रोजी का प्रश्न हल हो जाता है पर हम लोगों में से अधिकांश जीवन-साथी पाकर भी विवाह नहीं कर पातीं। दाम्पत्य जीवन में तलाक का खतरा बना रहता है। सामाजिक प्रलोभन विवाह के लिए खतरा बने रहते हैं। अविवाहिता स्त्रियों के लिए नौकरी करना जरूरी हो जाता है। बुढ़ापे में वह अकेली पड़ जाती है।

वैसे तो अब लड़के-लड़कियां एक-दूसरे को विवाह से पहले देख ही लेते हैं, शेष बातों की परख अनुभवी माता-पिता बारीकी से करते हैं। इधर वर-कन्या के चुनाव के मामले में बिरादरी की पाबन्दियां आगे से काफी ढीली हो गई हैं। उच्च वर्ग और मध्यम वर्ग में तो वर-कन्या सगाई के बाद पत्र-व्यवहार करते हैं, मिलते-जुलते भी हैं। गुजरात, महाराष्ट्र और दक्षिण भारत में तो एक बार बात पक्की हो जाने के बाद वर-वधू का एक-दूसरे के घर आना-जाना बुरा नहीं माना जाता। इस दृष्टि से शिक्षित वर्ग में अनमेल विवाह की संभावनाएं दिन पर दिन कम होती जा रही हैं।

तलाक से हानि भी हो सकती है—आज से सौ वर्ष पहले पाश्चात्य देशों में भी तलाक और पुनर्विवाह बुरा समझा जाता था। तब वहां वैवाहिक जीवन अधिक सुरक्षित था। लोगों में निभाने की प्रवृत्ति थी। सहनशक्ति और धीरज के साथ समस्याओं को सुलझाने की चेष्टा की जाती थी। बच्चों का भविष्य अधिक सुरक्षित था। उन्हें माता-पिता का प्रेम और संरक्षण प्राप्त था, उनके आगे अच्छा उदाहरण था, पर अब जब कि नासमझों के हाथों तलाक की छुरी से विवाह-बन्धन कटते देर नहीं लगती, बच्चे बिना आधार और संरक्षण के हो गए हैं। माता-पिता अपने सुख के पीछे बच्चों के भविष्य की उपेक्षा कर जाते हैं।

माना कि कुछ विवाहों में तलाक वरदान साबित हुआ है, यथा बेमेल विवाह; झूठ-फरेब से धोखा देकर किया हुआ विवाह; रोगी, व्यसनी और व्यभिचारी जीवन-साथी के संग विवाह, कठोर और यातनापूर्ण वैवाहिक जीवन आदि, ऐसे नारकीय जीवन से छुटकारा पाने के लिए तलाक का आश्रय लेना ही उचित है। पर तलाक छुटकारे का एक सुविधाजनक द्वार नहीं समझा जाना चाहिए। अस्थिर और गैर-जिम्मेदार व्यक्ति इसका दुरुपयोग भी कर रहे हैं। आवश्यकता पड़ने पर शरीर की रक्षा के लिए गलते हुए अंग का आपरेशन करने की सलाह सर्जन देता है, पर दुर्बल अंग या न्यून अंग को तो

इन्सान निभाता ही है। उसे अतिरिक्त देखभाल से नार्मल बनाने का प्रयत्न करता है। मान लीजिए किसी का दायाँ हाथ कमजोर है, वह बाएँ हाथ से अधिक काम लेता है। इस प्रकार दुर्बल या न्यून अंग के साथ शरीर के अन्य अंग भी सामंजस्य स्थापित कर लेते हैं और काम चल जाता है।

यही निभाने वाली और सामंजस्य स्थापित करने वाली प्रवृति वैवाहिक जीवन में भी अपनाई जा सकती है। विदेशों में वैवाहिक जीवन की समस्याओं को सुलझाने और सलाह देने के लिए मैरिज कौंसिल है, जहां पर मनोविज्ञान और समाजशास्त्र के विशेषज्ञ, अनुभवी न केवल सलाह ही देते हैं अपितु समस्या को हल करने में दोनों पक्षों को समझाने-बुझाने में सहयोग भी देते हैं। यदि किसी मामले में केवल तलाक़ ही समस्या का हल समझा जाता है तो वे इस काम के योग्य वकील की मदद भी दिलाते हैं। यदि विवाह-बन्धन टूटने पर बच्चों के परिवरिश की समस्या सामने आती है तो इस जिम्मेदारी को सँभालने वाली संस्थाओं का सहयोग भी उन्हें प्राप्त हो जाता है। पर यह बात तो अमेरिका और इंग्लैंड जैसे विकसित देशों की हैं, जहां पर पैसा खर्च करने की लोगों में सामर्थ्य है; जहां स्त्रियां भी कमाने की योग्यता रखती हैं और उन्हें रोजगार मिलने में कठिनाई नहीं होती। इन देशों में बाल-विवाह नहीं होता और परिवार नियोजन का महत्त्व समझा जाता है। फिर स्त्री और पुरुष के विषय में चारित्रिक सम्बन्धी आदर्श और पाबन्दियाँ और छूट वहाँ एक-सी हैं। हाँ, यह जरूर है कि स्त्री के यौवन और रूप का महत्त्व बहुत अधिक है। पर हमारे देश में कन्याओं की परिस्थिति बड़ी नाजुक है। कुँआरी लड़कियों के विवाह की ज़िम्मेदारी आम तौर पर माता-पिता की समझी जाती है। विवाह में दहेज का भी बड़ा महत्त्व है। कन्या का सच्चरित्रा और सुघड़ होना आवश्यक है। रूप और शिक्षा का भी महत्त्व दिन पर दिन बढ़ ही रहा है। जहाँ रूप कम है, वहाँ दहेज द्वारा उसकी कमी पूरी की जाती है। लड़की को बचपन से ही इस बात की चेतावनी दी जाती है कि बेटी, तुझे पराए घर जाना है, शऊर सीख, ग़म खाने की आदत डाल, परायों को अपनी सेवा और व्यवहारकुशलता से अपना बनाने का गुण सीख। इतना सब होकर भी कई बहनों का वैवाहिक जीवन क्यों असफल रहता है? इसके निम्नलिखित कारण हैं ?

1. हमारे यहाँ स्त्रियाँ आर्थिक रूप से पति पर ही निर्भर हैं। वे चुपचाप रह-कर पुरुष का अत्याचार सहती हैं। दम्पति में लेन और देन का सन्तुलन हमारे देश में एक-सा नहीं है। स्त्री को खाना-कपड़ा मिलता है, यही क्या थोड़ा है? अमीर घरों की बात आप छोड़ दें। आम जनता की बात लें। स्त्री के लिए कोई मनोरंजन, अवकाश या अधिकार जरूरी समझा ही नहीं जाता। यह तो पुरुष की कृपा है जो वह इज्ज़त से रह रही है। मैं जानती हूँ कि बाबू श्रेणी के लोग भी दफ्तरों में बीस-तीस रुपए महीने में अपनी चाय-पानी में उड़ा देते हैं। उन्हें यदि अतिरिक्त काम करके कुछ आमदनी होती है, उसका पता अपनी पत्नी को नहीं देते। पत्नी के हाथ में गृहस्थी का खर्च चलाने के

लिए अपनी तनख्वाह का केवल आधा दे देते हैं। गृहस्थी के महत्त्वपूर्ण निर्णयों में पत्नी की कुछ पेश नहीं जाती। पति यदि व्यसनी है या दुराचारी है तो पत्नी कलप-कलपकर सब सहती है क्योंकि और कुछ चारा जो नहीं है।

2. पुरुष स्त्री की सेवाओं और गृहस्थी को सफल बनाने में उसके प्रयत्नों का मूल्य नहीं समझते। आखिरकार स्त्री भी तो दिनभर घर-गृहस्थी, बाल-बच्चों को सँभालने में व्यस्त रहती है। पति की कमाई को सार्थक करती है। पैसा-पैसा बचाने के प्रयत्न में वह स्वयं कष्ट सहती है और बाल-बच्चों और पति की सुख-सुविधा का ध्यान रखती है। इसका मूल्य और महत्त्व यदि गृहस्वामी समझे तो उसके हृदय में यह गलत भावना कभी न आए कि मैं स्त्री के खिलाने-पिलाने का भार लिए हुए हूँ, मैं उसको पाल रहा हूँ।

3. तीसरी बात जो वैवाहिक जीवन में रोड़े अटका रही है वह है कि नवयुवकों को इस बात की कोई शिक्षा नहीं दी जाती कि वैवाहिक जीवन को सफल बनाने के लिए एक आदर्श जीवन-साथी, गृहस्वामी, जिम्मेदार बाप बनने के लिए उन्हें भी कुछ योग्यता प्राप्त करनी चाहिए। दो जनों का जीवनभर साथ रहकर मित्र की तरह निभाना, इसके लिए मनोवैज्ञानिक समझ होनी जरूरी है। क्योंकि पुरुष बाहरी जीवन से अधिक परिचित

है। वह अनुभवी और शिक्षित भी अधिक है। आयु में बड़ा भी है। ऐसी सूरत में गृहस्थी

की नैया का मार्ग-प्रदर्शन करने की ज़िम्मेदारी भी उसकी है, पर जहाँ इस योग्यता का अभाव होता है गृहस्थी की नैया भँवर में पड़ जाती है। क्योंकि पति पद पर एक अयोग्य व्यक्ति बैठा हुआ है।

4. स्त्री अपनी लाचारी और मजबूरियों से बँधी है। गृहस्थी के बिना उसका गुज़ारा नहीं। फिर उसकी आर्थिक और सामाजिक मजबूरियाँ उसे दबाये हुए हैं। उसका मानसिक गठन ऐसा है कि वह पति और सन्तान का मोह और प्रेम-बन्धन बहुत लाचार होकर ही काटती है। ऐसी सूरत में हमारे समाज में तलाक़ का आश्रय नारी बहुत लाचार होकर लेती है। उसके परिणामस्वरूप उसकी कठिनाइयाँ बढ़ ही जाती हैं। वह जानती है कि दूसरा विवाह होने में कितनी दिक्कतें हैं। भावुकता को छोड़ भी दिया जाय व्यावहारिक रूप से भी हमारे समाज में तलाक़ प्राप्त स्त्रियों का विवाह किसी कुँआरे पुरुष से होना ज़रा कठिन ही है। सामाजिक आलोचनाओं से लोग घबराते हैं। फिर यदि पूर्व विवाह की सन्तान भी हुई तो वह ज़िम्मेदारी भी दूसरा पति लेना नहीं चाहता। "विवाह के साथ दहेज में सन्तान भी मिली!" लोगों के इस व्यंग्य को सहने का वह साहस नहीं बटोर पाता। ऐसी सूरत में तलाक को वैवाहिक समस्याओं का हल समझना भूल है।

स्त्री भी दोषी है—यह कहना अत्युक्ति होगी कि केवल पुरुषों की ग़लती से ही वैवाहिक जीवन कटु होता है। पचीस प्रतिशत नारियाँ भी इस मामले में दोषी हैं, विशेष करके उच्च शिक्षित वर्ग और आधुनिकता के वातावरण में पली हुई कई महिलाएँ वैवाहिक जीवन में इसलिए प्रवेश करती हैं कि किसी बड़े अफ़सर या अमीर की पत्नी बन कर ऐशो-आराम में ज़िन्दगी गुज़ार सकें। उनकी गृह-व्यवस्था नौकरों के हाथ में होती है और बच्चे आया पालती है। उनके पति आफिसों या अपने कारखानों में धन कमाने में जुटे रहते हैं और उनकी ये निठल्ली बीवियाँ घर पर ऊबती रहती हैं। कहावत है कि 'खाली दिमाग शैतान का घर'। जीवन में 'थ्रिल' की खोज में ये भी नए-नए तरीके ढूंढ लेती हैं। यदि ये अपने आस-पास के वातावरण और गृहस्थी से ऊबती हैं, तो कोई आश्चर्य नहीं कि यदि वे अपने जीवन-साथी से भी जल्द ऊब जाती होंगी। पति यह सब देखता है पर उसका जीवन भी कुछ ऐसे भँवर में पड़ जाता है कि फिर या तो वह अनदेखी करके खामोश रहता है या खुद भी उसी तरह का जीवन बिताने लगता है।

आजकल के मँहगी के ज़माने में यदि गृहिणी घर की ज़िम्मेदारी ठीक से नहीं सँभालती तो गृहस्वामी बहुत परेशान हो जाता है। आमदनी कम, खर्च अधिक के कारण घर में आये दिन किटकिट होती रहती है। इसी तरह यदि बच्चों की परवरिश ठीक से नहीं होती तो वे समस्यापूर्ण बन जाते हैं। इससे पारिवारिक जीवन का आनन्द किरकिरा हो जाता है। पत्नी गृहिणी ही नहीं, पति की जीवन-सहचरी और प्रेमिका भी है। जो महिलाएँ अपनी नासमझी, उपेक्षा और नीरसता के कारण पति को ऊबा देती हैं वे भी अपने पारिवारिक जीवन की सरसता को नष्ट करने की दोषी हैं। प्रत्येक पत्नी का यह कर्त्तव्य है कि वह अपने पति के सामाजिक जीवन को विकसित करने में सहयोग दे, उसकी सूनी

गृहस्थी को गुलज़ार करे और उसकी सच्ची जीवन-साथिन बने।

विवाह की जिम्मेदारी मानसिक रूप से परिपक्व व्यक्ति ही संभाल सकते हैं। कुछ व्यक्ति ऐसे भी होते हैं कि वे प्रौढ़ावस्था को प्राप्त होकर भी मानसिक परिपक्वता प्राप्त नहीं करते। यही कारण है कि इस आयु में भी पति-पत्नी एक-दूसरे के प्रति शिकायतों की गठरी बाँधे हुए कराहते हुए जीवन व्यतीत करते हैं। इस उम्र में पति-पत्नी गले तक गृहस्थी की दलदल में फँसे होते हैं। उससे छुटकारा पाना उनके लिए असम्भव होता है, फिर भी वे आपस में समझौता नहीं करते। एक-दूसरे को दोषी ठहराते हैं। 'मैं-मैं तू तू' करते हुए या उपेक्षा और घृणा से पारिवारिक वातावरण को असह्य बनाते हैं। किस्मत का रोना रोते हुए वे अपनी ज़िन्दगी एक बोझ की तरह जिस-किस तरह से ढोते हैं। यह परिस्थिति सबसे अधिक शोचनीय है। इस उम्र में पति-पत्नी की शारीरिक और मानसिक दोनों प्रकार की असमजस्यताओं की समस्याएँ सामने आती हैं। अच्छा होता कि इन समस्याओं का मूल से ही इलाज किया गया होता।

पुरुष कहाँ ग़लती करता है—मैंने लगभग पाँच सौ दम्पति की समस्याओं का अध्ययन किया है। मैं इस निर्णय पर पहुँची हूँ कि हमारे यहाँ विवाह को सफल बनाने के लिए यथार्थ रूप में बहुत कम प्रयत्न किए जाते हैं। पुरुष तो इस ओर कोई खास दिलचस्पी लेते ही नहीं। पहले तो वे अपनी पत्नी को अपने स्तर की ही नहीं समझते। ऐसी सूरत में बराबर की साझेदारी नहीं हो पाती। अनेक स्त्रियाँ विवाह के पन्द्रह-बीस वर्ष बाद अपने अधिकारों के प्रति अधिक जागरूक हो जाती हैं। पर इतनी लम्बी अवधि बीत जाने पर पति कुछ तो शारीरिक असमर्थता और कुछ काम की अधिकता के कारण पत्नी की ओर अधिक ध्यान नहीं दे पाते। इससे औरत को बड़ी निराशा होती है। परिणाम यह होता है कि वह एकाकी पड़ जाती है। पुराने ज़माने में प्रौढ़ावस्था पार करके स्त्रियाँ धर्मपूजा, सत्संग और नाती-पोतों को लेकर व्यस्त रहती थीं। आजकल के ज़माने की गृहिणी भी अपने घर के धन्धे, बाल-बच्चों और सामाजिक जीवन को लेकर व्यस्त है। पर पचपन के बाद पुरुष प्रायः निठल्ला हो जाता है। इसलिए उसे समय काटना और भी मुश्किल होता है। असल में अधिकांश पति-पत्नी की कोई 'कॉमन हॉबीज़' न होने के कारण वे चौथेपन में वे एक-दूसरे से दूर चले जाते हैं। जवानी में तो एक-दूसरे का आकर्षण होता है, बच्चे होते हैं, परन्तु बुढ़ापे में ऐसा आकर्षण नहीं रहता। इसलिए जब तक कुछ ऐसा काम, जो उन दोनों की दिलचस्पी का केन्द्र बन जाय, यदि न हो तो उनको परस्पर बाँधने के लिए कुछ माध्यम नहीं बना रहता।

सलाहकार समितियाँ—हमारे देश में इस बात की बड़ी ज़रूरत है कि विवाह से उत्पन्न समस्याओं को सुलझाने, और उचित सलाह देने के लिए परामर्श समितियाँ की

सहयोग प्राप्त करके सुख मिलता है। अधिक काम में व्यस्त रहने वाले दम्पति यदि कुछ दिन घर-गृहस्थी की जिम्मेदारी भूलकर कहीं भ्रमण के लिए निकल जायें तो इससे भी उनका मानसिक तनाव कम हो जाता है। किसी-किसी के स्थिर जीवन मे यदि किसी जिम्मेदारी या मित्रमण्डली के कारण अथवा उत्सव आदि होने से हलचल पैदा हो जाती है तो उससे भी उनके जीवन की ऊब मिट जाती है।

नौजवान दम्पति की समस्याएँ कुछ भिन्न प्रकार की होती है। उनके बीच मे सास-ससुर आदि की दखलन्दाजी होती है, जिससे पति-पत्नी के मन मे गलतफहमी पैदा हो जाती है। या पति-पत्नी में से किसी का मन कहीं और अटका होता है, इस कारण उन्हें अपना जीवन-साथी पसन्द नही आता। अधिक सन्तान का होना, दुर्बल स्वास्थ्य, आर्थिक कठिनाइयाँ, रहन-सहन की असुविधा, अभावों से संघर्ष, असुरक्षित जीवन, लम्बा विछोह आदि भी उनके जीवन में समस्याएँ पैदा कर देते हैं। कुछ समस्याओं का इलाज इन्सान के बचपन की समस्याओं और संघर्ष से जुड़ा होता है। उन्हे सुलझाने के लिए बड़ा परिश्रम करना पड़ता है।

ऊपर से सभी एक-सी दिखने वाली समस्याएँ अन्दर से भिन्न भी हो सकती है। इसलिए उन्हें सुलझाने के लिए अलग-अलग तरीका अपनाना पडता है। यदि समस्यापूर्ण व्यक्ति का जीवन-साथी समझदार है तो उसके सहयोग से समस्या जल्द हल हो जाती है। यदि दोनों ही एक दूसरे को विफलता के लिए दोषी ठहराते हैं और झुकने के लिए तैयार नहीं हैं तब परिस्थिति कठिन हो जाती है। कई व्यक्तियों को यह विश्वास होता है कि मेरा दृष्टिकोण ठीक है दूसरे का गलत। दुनिया में लोग मुझे समझ नही सके, यही मेरी बदकिस्मती है। अपने जीवन के प्रति उनका यह असन्तोष ही उन्हें अकर्मण्य बना देता है।

मैं अपने अनुभव के बल पर यह कह सकती हूँ कि जो व्यक्ति अधिक अकड़ और जिद्दी होता है वह स्वय अधिक गलती पर होते हुए भी अपने जीवन-साथी के माथे ही सारा दोष थोपता रहता है। दाम्पत्य जीवन के खिलाडी एक नहीं, दो याने पति-पत्नी दोनों ही होते हैं। ऐसी सूरत मे उसके असफलता के दोषी भी एक नहीं, वे दोनों ही हैं। हाँ, यह बात दूसरी है कि एक अधिक हो सकता है, एक कम। इन्सान कमजोरियों और

और प्रयत्न पर भी

'मैं किसी के जीवन

एक बार एक दम्पति डाक्टर साहब के पास आए। पति एक प्रोफेसर थे। उनकी पत्नी कान्ता देखने मे बहुत सुन्दर पर उसकी दोनों लातें बचपन में पोलियो के कारण सूख गई थीं। पति सहारा देकर उसे ऊपर लाया। उन दोनों की नजरों से मैं इतना तो पहचान गई कि इनकी समस्याओं का कारण और चाहे कुछ हो परन्तु एक-दूसरे के प्रति स्नेह का अभाव इनके जीवन मे नहीं हो सकता। बात भी सच निकली। पति ने अपनी

किताबों तक ही सीमित नहीं, परन्तु उसका अधिकांश आधार सजीव केस हिस्ट्री ही हैं। किसी दुखी व्यक्ति को यदि कोई ऐसा व्यक्ति मिल जाय जो उसका विश्वासपात्र हो, उसकी आपबीती को सहानुभूतिपूर्वक सुन ले तो उनका दिल काफ़ी हल्का हो जाता है। और यदि उसे सहानुभूति के साथ ही साथ कुछ सुझाव कुछ प्रेरणा भी अपनी समस्याओं को सुलझाने के लिए मिल सकें तब तो मानो उसकी आधी मुसीबत हल हो जाती है।

कई बहन-भाइयों ने मुझसे यह बात जाननी चाही कि मैं अपनी इन पुस्तकों के लिए केस हिस्ट्री कैसे प्राप्त करती हूँ। मेरा उनसे यही कहना है कि अच्छे वक्ता की तरह अच्छे श्रोता बनकर भी बड़ा लाभ होता है। आप किसी के दुख-दर्द को सहानुभूति पूर्वक सुनें। पति-पत्नी के झगड़े में आनन्द न लेकर हितैषी बनकर मेल करवाने की कोशिश करें तो आपको अनेक केस हिस्ट्री सुनने का मौक़ा मिलेगा। ये दिलचस्प कहानियाँ आपके अनुभव को बढ़ायेंगी। कुछ सोचने-समझने की प्रेरणा देंगी। लोगों की समस्याओं को समझने उन्हें आसान बनाने के लिए कुछ सुझाव देने में मुझे तो बड़ा आनन्द आता है। कुछ समस्याओं का आधार शारीरिक होता है, जिसका हल तो मेरे पति डाक्टर वर्मा आसानी से ढूँढ लेते हैं, पर जब कुछ ऐसी समस्याएँ आ जाती हैं जिनका इलाज मनोवैज्ञानिक ढंग से ही करना पड़ता है तो वहाँ वह मेरा सहयोग लेते हैं। इन समस्याओं को सुलझाने के लिए दम्पति का विश्वास और मित्रता प्राप्त करनी ज़रूरी होती है। पहली बार की मुलाक़ात में तो कई दम्पति अपने सारी बात बताते हिचकते हैं। इस मामले में स्त्रियाँ अधिक खुले दिल की होती हैं। अपनी मन की बात कहकर, रो-धोकर, सहानुभूति पाकर उनका दुख बहुत कुछ कम हो जाता है। पर पुरुष अपनी कमज़ोरी और ग़लती बताते हिचकता है। फिर वह अपना कसूर जल्दी स्वीकार भी नहीं करता। कभी-कभी तो ऐसे मौके भी आये हैं कि पति-पत्नी दोनों को ही एक जगह बिठाकर बात करनी पड़ती है। पत्नी रोती जाएगी और अपना दुखड़ा कहती जाएगी। पुरुष हक्का-बक्का-सा मानो जलील हुआ-सा बैठा रह जाता है। तब उसे अकेले में बिठाकर ही बात पूछना उचित होता है।

कुछ सफल उपाय—हमें तो पति-पत्नी दोनों का विश्वास प्राप्त करना होता है, इसलिए हम इस बात की चेष्टा करते हैं कि पहले दोनों की खूबियों को समझ लें, फिर उनकी प्रशंसा करें। इन्सानियत के नाते उन्हें अपने जीवन-साथी के दोषों को क्षमा करने की प्रेरणा दें। फिर पारिवारिक जीवन का आकर्षण, बच्चों का प्यार, अतीत की सुखद स्मृतियाँ इन सबके प्रति मोह पैदा करके धीरे-धीरे अपने सुझावों के अनुसार व्यवहार करने के लिए प्रेरित करें। कभी-कभी समस्या बढ़ाने वाले वातावरण से दूर चले जाने, दिनचर्या में रद्दोबदल करने या कोई दिलचस्प हौबिज़ अपना लेने से भी समस्याएँ हल हो जाती हैं। स्वास्थ्य सुधर जाने पर मानसिक दुर्बलता भी दूर हो जाती है। कई बार किसी बच्चे या संस्था की ज़िम्मेदारी ले लेने या सामाजिक कार्य में लगे रहने से भी पति-पत्नी को एक दूसरे का

सहयोग प्राप्त करके सुख मिलता है। अधिक काम में व्यस्त रहने वाले दम्पति यदि कुछ दिन घर-गृहस्थी की जिम्मेदारी भूलकर कहीं भ्रमण के लिए निकल जायें तो इससे भी उनका मानसिक तनाव कम हो जाता है। किसी-किसी के स्थिर जीवन में यदि किसी जिम्मेदारी या मित्रमण्डली के कारण अथवा उत्सव आदि होने से हलचल पैदा हो जाती है तो उससे भी उनके जीवन की ऊब मिट जाती है।

नौजवान दम्पति की समस्याएँ कुछ भिन्न प्रकार की होती हैं। उनके बीच में सास-ससुर आदि की दखलन्दाजी होती है, जिससे पति-पत्नी के मन में गलतफहमी पैदा हो जाती है। या पति-पत्नी में से किसी का मन कहीं और अटका होता है, इस कारण उन्हें अपना जीवन-साथी पसन्द नहीं आता। अधिक सन्तान का होना, दुर्बल स्वास्थ्य, आर्थिक कठिनाइयाँ, रहन-सहन की असुविधा, अभावों से संघर्ष, असुरक्षित जीवन, लम्बा बिछोह आदि भी उनके जीवन में समस्याएँ पैदा कर देते हैं। कुछ समस्याओं का इलाज इन्सान के बचपन की समस्याओं और संघर्ष से जुड़ा होता है। उन्हें सुलझाने के लिए बड़ा परिश्रम करना पड़ता है।

ऊपर से सभी एक-सी दिखने वाली समस्याएँ अन्दर से भिन्न भी हो सकती हैं। इसलिए उन्हें सुलझाने के लिए अलग-अलग तरीका अपनाना पड़ता है। यदि समस्यापूर्ण व्यक्ति का जीवन-साथी समझदार है तो उसके सहयोग से समस्या जल्द हल हो जाती है। यदि दोनों ही एक दूसरे को विफलता के लिए दोषी ठहराते हैं और झुकने के लिए तैयार नहीं हैं तब परिस्थिति कठिन हो जाती है। कई व्यक्तियों को यह विश्वास होता है कि मेरा दृष्टिकोण ठीक है दूसरे का गलत। दुनिया में लोग मुझे समझ नहीं सके, यही मेरी बदकिस्मती है। अपने जीवन के प्रति उनका यह असन्तोष ही उन्हें अकर्मण्य बना देता है।

मैं अपने अनुभव के बल पर यह कह सकती हूँ कि जो व्यक्ति अधिक अकड़ और जिद्दी होता है वह स्वयं अधिक गलती पर होते हुए भी अपने जीवन-साथी के माथे ही सारा दोष थोपता रहता है। दाम्पत्य जीवन के खिलाड़ी एक नहीं, दो याने पति-पत्नी दोनों ही होते हैं। ऐसी सूरत में उसके असफलता के दोषी भी एक नहीं, वे दोनों ही हैं। हाँ, यह बात दूसरी है कि एक अधिक हो सकता है, एक कम। इन्सान कमजोरियों और कमियों का पुतला है। विवाह की सफलता आपके अपने व्यवहार और प्रयत्न पर भी निर्भर करती है, यही सोचकर गृहस्थाश्रम में प्रवेश करना चाहिए। 'मैं किसी के जीवन का पूरक बनूं,' यही लालसा विवाह करने का उद्देश्य होना चाहिए।

एक बार एक दम्पति डाक्टर साहब के पास आए। पति एक प्रोफेसर थे। उनकी पत्नी कान्ता देखने में बहुत सुन्दर पर उसकी दोनों लातें बचपन में पोलियो के कारण सूख गई थीं। पति सहारा देकर उसे ऊपर लाया। उन दोनों की नजरों से मैं इतना तो पहचान गई कि इनकी समस्याओं का कारण और चाहे कुछ हो परन्तु एक-दूसरे के प्रति स्नेह का अभाव इनके जीवन में नहीं हो सकता। बात भी सच निकली। पति ने अपनी

पत्नी की तरफ देखकर डाक्टर साहब से कहा, "डाक्टर साहब या तो आप इनके दोनों पाँव ठीक कर दें या फिर मुझे भी इनकी तरह ही पंगु···"

पत्नी ने बीच में ही टोककर कहा, "हाय, तुम फिर अमंगल की बातें करने लगे।"

उनकी बात सुनकर हमें कुछ ताज्जुब-सा लगा। दोनों का शिकवा-गिला कुछ अजीब ही ढंग का था। अन्त में प्रोफेसर साहब बोले, "बात यह है कि इनके दिल में यह वहम बैठा हुआ है कि इनके पंगुपन के कारण मुझे जीवन में कई असुविधाएँ उठानी पड़ती हैं और मैं नौकरी में तरक्की नहीं कर सका। मैं इन्हें हज़ार बार समझा चुका हूँ कि मुझे ऐसी नौकरी या तरक्की नहीं चाहिए जो मुझे तुमसे अधिकांश समय दूर रखे। मुझे तो तुम्हारी संगति में ही सुख है। मैं क्यों क्लब जाऊँ? पर इनके दिल में यह विश्वास बैठा हुआ है कि मानो मैंने अपना जीवन इनसे शादी करके पंगु बना लिया है। डाक्टर साहब, मैं इन्हें कैसे विश्वास दिलाऊँ कि मेरा जीवन कितना सुखी और सफल है? इनकी-सी पत्नी पाकर मैं अपने को कितना सौभाग्यशाली समझता हूँ। इनके जीवन का पूरक बनकर मैं अपने को धन्य समझता हूँ। यह बैशाखी के सहारे चल लेती हैं। घर की देखभाल करती हैं। दोनों बच्चों को सँभालती हैं। बताइए फिर भला मुझे किस बात की तकलीफ है, इनसे शादी करके?"

मैंने बात बदलने के ढंग से कहा—"अच्छा, आपके दो बच्चे भी हैं। कैसे हैं? कितने बड़े हैं?"

प्रोफेसर साहब ने अपनी पत्नी की पीठ पर लाड़ से हाथ रखते हुए कहा, "बस जी, इनकी तरह ही प्यारे-प्यारे और कोमल-कोमल हैं। पर हैं बड़े नटखट। इस मामले में वे बिलकुल अपने बाप पर गए हैं।"

कान्ताजी की आँखों में आँसू छलछला आए, पर होंठों पर हँसी फूट पड़ी और वह पति को हाथ से ज़रा धकेलती हुई बोली, "हटो, तुम बड़े वो हो! अच्छाई जो होगी सब मेरे सिर पर सजा दोगे; बुराई खुद ओढ़ लोगे।" फिर वह मेरी ओर मुड़कर बोली—"बहन, आप सच मानना मैं तो इनकी भलमन्साहत और सेवाओं से दबी हुई हूँ। न जाने मैंने कौन से पुण्य किये थे कि इन-सा देवता पति मिला है। मुझे तो बस एक ही कलख है कि मैं इनके लिए बोझा न बनूँ। मैंने तो कभी सोचा भी नहीं था कि मेरी-जैसी पंगु से कोई विवाह भी करेगा। जिसकी कल्पना भी नहीं की थी, वह सुख मुझे मिला। मैं इन्हें बदले में कुछ भी तो नहीं दे सकी।"

मैंने हँसकर कहा, "ऐसा भ्रम आप मन में क्यों रखतीं हैं? जो सन्तोष और प्रसन्नता आपके पति के मुख पर झलक रही है, वह किसी खुशनसीब के ही दिखाई पड़ती है। आप जैसी प्यारी, समझदार और नेक पत्नी उन्हें मिली है। दो प्यारे-प्यारे बच्चे मिले हैं। उनके अवकाश के क्षण आपकी संगति में सुख से, प्यार से बीतते हैं। आप जैसी जीवन-साथिन प्रेमिका पाकर वह धन्य हुए हैं, ऐसा आप क्यों नहीं सोचतीं?"

प्रोफेसर साहब ने बड़े ज़ोर से ताली ठोककर कहा, "बहनजी, आपने आज असली

बात इन्हें समझा दी। बस इतनी कृपा मुझ पर और करें। हर इतवार को शाम को मैं इन्हें आपके पास छोड़ जाया करूँगा। ज़रा इनके मन में आत्मविश्वास पैदा करें। मैं आपका बड़ा कृतज्ञ होऊँगा।"

उनके चले जाने के बाद मैं सोचने लगी कि—यह है विवाह का रहस्य। विवाह का अर्थ है अपना अर्पण—आत्मदान। जहाँ दोनों का प्रेम एक-दूसरे के लिए स्वतः प्रवाहित होता रहे, उसका नाम है विवाह। उसमें सुख के लाभ की अपेक्षा सुख के दान की भावना होनी चाहिए। जिसके साथ विवाह की गाँठ बाँधने का विचार किया जाय, उससे सुख प्राप्त करने की आशा रखने के बजाय उसे सुखी बनाने की भावना होनी चाहिए। ऐसे विवाह में कभी दुखी होने का प्रसग आ ही नहीं सकता। जहाँ दोनों पक्षों में आत्मदान की भावना हो, वहाँ दुख कैसे ठहर सकता है ? जहाँ लेने की नहीं किन्तु देने की ही वृत्ति मुख्य हो, वहाँ क्या कमी हो सकती है ? इस दम्पति के सुखी जीवन का रहस्य भी दोनों ओर की इस आत्मदान की भावना में ही था।

34
जगवीती

वैसे तो मैंने अधिकांश समस्याओं पर पिछले अध्यायों में ही प्रकाश डाला है, पर कुछ प्रश्न ऐसे भी हैं जिनका उत्तर अलग से देना उचित होगा। कई भाई और बहनों ने पत्रों द्वारा अपनी समस्याओं का उत्तर मांगा था। मैं ऐसे ही कुछ खास पत्रों का संक्षेप में यहां उल्लेख करके उनकी समस्याओं का नीचे हल देती हूं।

हो सकता है आपमें से किसी की समस्या नीचे दी हुई समस्याओं से मिलती-जुलती हो। सम्भव है इन्हें पढ़कर आपको अपनी समस्या का भी जवाब मिल जाय।

प्रश्न—मेरी शादी हुए लगभग दस वर्ष हो गए। मेरे जेठ और देवर भी हैं। उनकी नौकरी दूसरे शहरों में है। जिस शहर में हम रहते हैं हमें सरकारी क्वार्टर मिले हुए हैं। वहां से आधा मील दूरी पर मेरी सासजी किसी बोर्डिंग हाउस में मैटरन हैं। मेरे पति ही माताजी की खैर-खबर रखते हैं। दुख-सुख में हम उनके काम आते हैं। पर वह हमेशा अन्य दोनों लड़कों की तो बड़ाई करती रही हैं और हमें हमेशा बुरा-भला सुनाती हैं। वह चाहती हैं कि दफ्तर से लौटकर उनका लड़का सीधा पहले उनके पास जाय। कभी-कभी तो ऐसा करना सम्भव है, पर हर शाम उनके यहाँ बितानी या रात को खाना खाकर उनके पास रोज़ जाना बड़ा असुविधाजनक होता है। हर इतवार को दोपहर को जब हम उन्हें लेने जाते हैं तो सौ आनाकानी करती हैं। उनकी यह शिकायत है कि इतवार को तुम मुझे इसलिए लेने आते हो ताकि शाम को तुम दोनों मेरे ज़िम्मे बच्चे छोड़कर घूमने निकल जाओ। अब जबकि हमने उन्हें इतवार को अपने यहाँ बुलाना छोड़ दिया है तो शिकायत करती हैं कि मुझे पूछते नहीं। तीज-त्योहार पर बुलाएँ तो आकर ताने सुनाती हैं तो सारा आनन्द किरकिरा हो जाता है। घर में यदि हम कोई नई चीज़, फर्नीचर, साड़ी आदि लाएँ और उन्हें पता चल जाय तो चिढ़ती हैं कि 'बेटे की सारी कमाई उड़ा डाली। सास तो बेचारी इस उम्र में भी अपनी रोटी कमा रही है और यह बहूरानी मौज कर रही है।'

जब मैंने उनसे कहा कि आप नौकरी मत करें, हमारे घर चलकर रहें, हम आपके खर्च की ज़िम्मेदारी सँभालेंगे तो कहती हैं—'बस-बस, मैं खूब जानती हूँ तुम मुझे अपने घर बच्चों की आया बनाकर रखना चाहती हो। मैं क्यों तुम्हारी मोहताज बनूं?'

सास की बातों के मारे हमारा दाम्पत्य जीवन बड़ा कटु हो चला है। सास मुझे हज़ार बातें सुना जाती हैं पर मैं अपने पति से उन सब बातों को नहीं कह सकती, क्योंकि एक तो उन्हें दुख होता है, दूसरे कभी-कभी तंग आकर वह मुझ पर ही बिगड़ने लगते हैं। आप ही बताएँ मैं क्या करूँ?

उत्तर—आपकी सास अपने अन्य दोनों लड़कों और बहुओं की प्रशंसा करती है, सो करने दें। यदि आप परदेश में होतीं और वे लोग सास के पास होते तो सम्भव था वह उनको बुरा-भला कहतीं और आपकी प्रशंसा करतीं। आप अपना कर्त्तव्य कर रही हैं, ठीक है, इसी में सन्तोष करें। अपनी सास के विषय में आप कहीं चर्चा न करें और न ही उनकी किसी आलोचना को विशेष महत्त्व दें। इसी से आपके मन की शान्ति बनी रह सकती है। देखने में आता है कि विधवा माताएँ अपने पुत्र पर कब्जा रखने के लिए बहुओं से ईर्ष्या करने लगती हैं। इसलिए आप अपनी सास की इस समस्या का मनोवैज्ञानिक आधार समझकर उनके प्रति एक प्रकार की सहानुभूति ही रखें और उनकी कोई बात मन को मत लगाएँ। यदि आप अपने मन को पक्का कर लें तो उनकी आलोचना आपका कुछ नहीं बिगाड़ सकेगी।

प्रश्न—परिवार में मेरे पति (48 वर्ष), मैं (42 वर्ष) एक लड़का (22 वर्ष) और दो किशोर वय की लड़कियाँ हैं। बम्बई का शहरी जीवन बड़ा मँहगा है। मकान की बड़ी

तंगी है। इससे मेरे पति का स्वास्थ्य बड़ा खराब हो गया था। खुली हवा और साफ आबादी में रहने के लोभ से हम बम्बई से 25 मील दूर आकर रहने लगे हैं। सुबह मेरी दोनों लड़कियाँ स्कूल चली जाती हैं, लड़का और पति अपने काम से बम्बई चले जाते हैं। मैं दिन भर घर में अकेली रहती हूँ। मेरा मन ऊब जाता है। यहाँ मेरी कोई सहेली भी नहीं है,

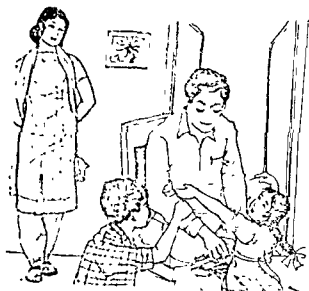
इसलिए सूरज डूबे जब बच्चे और पति घर आते हैं तो मैं उदास-सी बैठी रहती हूँ। यहाँ आकर मेरा तो सामाजिक जीवन ही खतम हो गया।

मैंने अपने पति से कह दिया है कि लड़कियों को लेकर मैं बम्बई अपनी माँ के पास चली जाऊँगी, तुम अपने बेटे के साथ यहाँ रहो। हम दोनों में इसी बात को लेकर काफ़ी झगड़ा भी होता रहता है—ऐसी परिस्थिति में मुझे क्या करना चाहिए ?

उत्तर—प्रत्येक नारी का कर्तव्य है कि पारिवारिक वातावरण को सुखद बनाए। शहरी जीवन के दो पहलू हैं। एक तो सब प्रकार की तंगी, दूसरे शहरी हलचल और मनोरंजन की सुविधा। रहने-सहने की सहूलियत, आराम, साफ हवा आदि स्वास्थ्य के लिए सिनेमा आदि की अपेक्षा अधिक ज़रूरी हैं। खास करके जबकि आपके पति का स्वास्थ्य शहर में ख़राब रहता है और आपको रहने की वहाँ सुविधा नहीं। आपने शहर से दूर रहने की योजना बनाकर अक्लमन्दी ही की। आप अपने को इस नए वातावरण के अनुकूल बना लें। आस-पास के लोगों से मिलें, कुछ समाज-सेवा का काम हाथ में ले लें। यदि घर के पास ज़मीन है तो सब्ज़ी बो लें। मुर्गी पाल लें। इससे आप व्यस्त रहेंगी और अपने अवकाश का समय अच्छी तरह बिता सकेंगी। महीने में एकआध बार छुट्टी के दिन अपने किसी बच्चे के साथ आप बम्बई चली जाया करें। वहाँ से ज़रूरी चीज़ें भी ख़रीद लाएँ और वहाँ जाकर आपका सहेलियों से मिलना और सिनेमा देखना भी हो सकेगा। उस दिन आपकी लड़कियाँ घर का काम सँभाल सकती हैं।

इतनी-सी बात के लिए अपने पारिवारिक जीवन की ख़ुशी और सुखद वातावरण को नष्ट नहीं करना चाहिए। आपके पीहर जाकर रहने से आपको मानसिक और आर्थिक दोनों रूप से कष्ट होगा।

प्रश्न—मैं ईसाई हूँ। मेरे दो बच्चे हैं, क्योंकि मैं एक फर्म में टूरिंग एजेण्ट हूँ, इसलिए अपनी ड्यूटी पर मुझे कई बार कई दिनों के लिए बाहर भी जाना पड़ता है। जब कभी भी मैं अचानक लौटकर आता हूँ तो देखता हूँ कि पत्नी घर पर नहीं हैं, किसी पार्टी या सिनेमा में गई हुई है। घर और बच्चों की देखभाल ठीक से न होने के कारण मुझे बड़ा क्रोध आता है। इस बात को लेकर कई बार हम दोनों में झगड़ा भी हुआ। धीरे-धीरे मुझे पत्नी के चरित्र के विषय में कई बातें भी सुनने को मिलीं। मैंने जब उसको आवारागर्दी करने के विषय में डाँटा तो काफ़ी झगड़ा हुआ। उसने उल्टे मुझ पर ही लांछन लगानी शुरू की। एक-दो साल इसी तरह गुज़र गए। जब उसकी हरकतें हद से गुज़र गई तो मैंने दक्षिण भारत के एक शहर में जहाँ आसानी से तलाक़ मिल सकता था, जाकर उसे तलाक दे दिया। क्योंकि मेरा काम ही ऐसा था इस कारण बच्चे उसी ने रख लिए। मैं ख़र्चा देता रहा। बच्चों की मुझे याद आती तो दौरे पर से लौटकर उन्हें मिल आया करता हूँ। पर जब भी मैं बच्चों से विदा लेता, वे रोते और कहते—'पापा क्यों जाते हो ? यहीं रहो न। हमें अच्छा नहीं लगता तुम्हारे बिना।'

मैं देखता हूँ कि उनकी माँ भी अब अपनी ग़लती महसूस करती है। वह बच्चों की

भी देखभाल अच्छी तरह करने लगी है। घर भी ठीक रखती है। उसे भी मेरे आने की इंतजार रहती है। मैं कई बार सोचता हूं कि तलाक लेकर अब हम दोनों का जीवन कितना अधूरा हो गया है। आपकी क्या सलाह है, यदि मैं उसे फिर से अपना लूं ?

उत्तर—आपने बिलकुल ठीक सोचा। आप ज़रूर अपनी पत्नी से सुलह कर लें। इस विषय में क़ानूनी तौर पर कुछ कार्यवाही करनी होगी। इन्सान से ही गलती होती है। जब स्त्री पुरुष की बेवफ़ाई क्षमा कर सकती है तो पुरुष को भी क्षमा कर देनी चाहिए। खास-कर जब आप यह देख रहे हैं कि वह अपने पूर्व व्यवहार पर लज्जित है और आज़ाद होकर भी उसने आपको फिर कोई शिकायत का मौक़ा नहीं दिया, तो वह आपकी क्षमा की पात्र है। आप खुद ही आगे बढ़कर फिर एक हो जाने का प्रस्ताव उसके आगे रखें। इससे दो सूने दिल गुलज़ार होंगे और बच्चों का भविष्य भी सुरक्षित हो जाएगा।

प्रश्न—मेरी शादी हुए पन्द्रह वर्ष हो गए हैं। मेरी आयु इस समय तीस वर्ष की

हमारे झगड़े शुरू हो गए। मेरी जिन बातों को वह पहले नाजो-नखरा समझकर हँसकर उड़ा देते थे, अब वह उन्हीं पर बिगड़ने लगे हैं। इससे मुझे बड़ा बुरा लगता है मैं। रोती हूँ, रूठ जाती हूँ। जब वह काम पर से लौटते हैं तो न तो मेरा मन हँसते हुए उनका स्वागत करने को करता है, न कहीं शाम को बाहर जाने को। नतीजा यह होता है कि हमारी शाम बड़ी सूनी-सूनी और रात आहें भरते कटती हैं। मुझे ऐसा लगता है अब वह मेरी उपेक्षा करने लगे हैं और उनका प्यार कम हो गया है। अब वह मुझे झिड़क भी देते हैं कि 'तुम्हारी बेतुकी बातें सुनने के लिए मेरे पास समय नहीं है। अगर तुम एक जिम्मेदार गृहिणी की तरह व्यवहार नहीं कर सकती तो जाओ अपने पीहर जाकर रहो। मेरी जिन्दगी दूभर बनाने की जरूरत नहीं। मुझे अपने कैरियर को सफल बनाना है। रोटी रोज़ी को लेकर मुझे हजार चिन्ताएँ हैं।'

उनकी ऐसी बातें सुनकर मुझे बड़ा सदमा लगता है। क्या पुरुष अपनी स्त्री से इतनी जल्दी ऊब जाता है ? मेरा जी बड़ा घबराता है। कभी-कभी आत्महत्या करने का विचार भी मन में आता है। कितनी उम्मीदें की थीं, कई अरमान थे, सुनहले सपने देखे थे; क्या वे सिर्फ सपने ही रह गए ? सुखी वैवाहिक जीवन क्या केवल कल्पना की चीज़ है ?

उत्तर—सुखी दाम्पत्य जीवन कल्पना की नहीं, अनुभव की चीज़ है। आप क्यों भूल जाती हैं कि प्रेम के खिलाड़ी एक नहीं, दो होते हैं। अपने को भूलकर तब दूसरे को पाया जाता है। दिखता है आप अपनी ही बात सोचती रहती हैं, अपने जीवन-साथी की कठिनाइयों और असुविधाओं का ध्यान नहीं रखती। पति एक जीवन-संगिनी लाता है, खेलने के लिए केवल सजी-सँवरी गुड़िया नहीं! प्रत्येक पत्नी का यह कर्त्तव्य है कि वह पति के आराम का ध्यान रखे। एक गृहिणी के रूप में अपना कर्त्तव्य करे।

बार कहा-सुनी भी हो जाती है। मेरे पति न तो मेरी कला के पारखी हैं और नही मुझे किसी प्रकार की प्रेरणा ही देते हैं। इस नए मित्र की संगति और सहयोग के बिना मुझे अपना जीवन सूना लगता है। मैं क्या करूँ?

उत्तर—मुझे ऐसा लगता है कि आपके अन्तर्मन में अपने पति के प्रति उनकी पूर्व बेवफ़ाई के प्रति अभी भी क्षोभ है। इसीलिए आप उनको चोट पहुँचाकर कुछ सन्तोष अनुभव करना चाहती हैं। मेरी आपको यह सलाह है कि अपने इस मित्र के प्रति किसी प्रकार की भावुकता प्रकट न करें। यदि वह मित्रता की मर्यादा को लांघने का अपराध करता है तो उसे चेतावनी दे दें। इस मित्र से कभी एकान्त में न मिलें। यदि आप उसके साथ नायिका का पार्ट करते समय हृदय में कुछ दुर्बलता का अनुभव करती हैं तो आप उसकी जोड़ीदार बनकर पार्ट मत करें और अपने पति को सब बात समझाकर उनका भी सहयोग लें। आप किसी दूसरी संस्था में काम करें, जहाँ इस मित्र के साथ मिलकर आपको काम न करना पड़े। इस नकली नायक के साथ अपने पार्ट को सार्थक बनाने की धुन में कहीं आप अपने जीवन के सच्चे नायक को न खो बैठें। इसलिए बुराई को मूल से नष्ट कर दें।

प्रश्न—हमारी शादी हुए अभी कुल दो वर्ष हुए हैं। शादी मन पसन्द की हुई है। शादी से पहले भी हम एक-दूसरे को पत्र लिखा करते थे। मैंने तो यह कल्पना की थी कि हमारा वैवाहिक जीवन सब तरह से आदर्श होगा। पर शादी के छः महीने बाद ही

हमारे झगड़े शुरू हो गए। मेरी जिन बातों को वह पहले नाज़ो-नखरा समझकर हँसकर उड़ा देते थे, अब वह उन्हीं पर बिगडने लगे हैं। इससे मुझे बड़ा बुरा लगता है मैं। रोती

'तुम्हारी बेतुकी बातें सुनने के लिए मेरे पास समय नहीं है। अगर तुम एक ज़िम्मेदार गृहिणी की तरह व्यवहार नहीं कर सकती तो जाओ अपने पीहर जाकर रहो। मेरी जिन्दगी दूभर बनाने की ज़रूरत नहीं। मुझे अपने कॅरियर को सफल बनाना है। रोटी रोज़ी को लेकर मुझे हज़ार चिन्ताएँ हैं।'

क्या वे सिर्फ सपने ही रह गए? सुखी वैवाहिक जीवन क्या केवल कल्पना की चीज़ है?

उत्तर—सुखी दाम्पत्य जीवन कल्पना की नहीं, अनुभव की चीज़ है। आप क्यों भूल जाती हैं कि प्रेम के खिलाड़ी एक नहीं, दो होते हैं। अपने को भूलकर तब दूसरे को पाया जाता है। दिखता है आप अपनी ही बात सोचती रहती हैं, अपने जीवन-साथी की कठिनाइयों और असुविधाओं का ध्यान नहीं रखतीं। पति एक जीवन-संगिनी लाता है, खेलने के लिए केवल सजी-सँवरी गुड़िया नहीं! प्रत्येक पत्नी का यह कर्तव्य है कि वह पति के आराम का ध्यान रखे। एक गृहिणी के रूप में अपना कर्तव्य करे।

बात-बात पर रोना, आत्महत्या की सोचना, निराश होकर बैठ जाना, ये सब बातें आपकी मानसिक अपरिपक्वता की द्योतक हैं। आप व्यावहारिक दृष्टिकोण अपनाएँ। इस प्रकार छुई-मुई बनने से गृहस्थी नहीं चलती। आपके पति आपको प्यार करते हैं, इसमें सन्देह नहीं। आप ज़रा उनके जीवन में एक उपयोगी साथिन बनने की चेष्टा करें, तब आपकी सब समस्याएँ हल हो जाएँगी।

प्रश्न—मैं बचपन से ही मुसीबतें सहती आई हूँ। मेरे माता-पिता मर गए। मुझे मामा-मामी ने पाला। मेरी मामी बड़ी कर्कशा थी। मैट्रिक पास करके मैंने टाइपिस्ट का काम सीखा और एक दफ्तर में नौकरी कर ली। वहाँ मि० के०से मेरी जान-पहचान हो गई। मैं प्यार की भूखी थी। मेरा घर नहीं था, इसलिए मैंने विवाह कर लिया। पर मेरे पति भी कठोर स्वभाव के निकले। बात-बात पर झुँझलाते हैं। मुझपर कठोरता के साथ शासन करते हैं। मेरा पूरा वेतन भी अपने हिसाब में जमा करवाते हैं। उनकी यह कठोरता और स्वार्थ मुझे असहनीय हो उठा है। मैं हरचन्द ऊपर से प्रसन्न रहने की कोशिश करती हूँ, पर अन्दर ही अन्दर मेरा जी सड़ता रहता है। मुझे अपने पति से डर भी लगता है। मेरा मन भी उनके प्यार से सन्तुष्ट नहीं है। अभी तक मैंने बच्चे नहीं चाहे और अब अपने पति का ऐसा स्वभाव देखकर मेरा मन ऐसे आदमी के बच्चों की माँ बनने को नहीं करता। कभी-कभी तो मुझे ऐसा लगता है कि मैं इस व्यक्ति को सख्त नफ़रत करती हूँ। मेरे पति कहते हैं कि उन्हें बच्चे चाहिएँ। मैं जब इनकार करती हूँ तो वह चिढ़ते हैं और अब तो उन्होंने मुझे यहाँ तक कह दिया है कि यदि बच्चों की माँ नहीं बनना चाहती तो मैं तुम्हें तलाक दे दूँगा। बताइए मैं क्या करूँ ?

उत्तर—तुम्हारे सोचने-विचारने का ढंग सुलझा हुआ नहीं है। बच्चे तुम्हारे पति के ही क्यों, तुम्हारे भी तो कहलाएँगे। वे तुम्हारे अपने होंगे। बच्चे होने से पति-पत्नी एक-दूसरे के समीप आ जाते हैं। उन्हें सन्तान रूपी डोरी मजबूती से बाँध देती है। तुम्हें बचपन से यह शिकायत रही कि तुम्हें कोई प्यार नहीं करता, पर तुमने भी किसी को प्यार नहीं किया। तुम अपने बच्चों और पति को प्यार दोगी तो तभी तुम्हारी तृप्ति होगी।

हरदम डाँट-डपट करने वाला पति पारिवारिक जीवन को असहनीय ज़रूर बना देता है। पर तुम सोचो ऐसा वह क्यों करता है ? यदि परिवार में बच्चे हों तो पुरुष के जीवन में ज़िम्मेदारियाँ बढ़ जाती हैं, उसका ध्यान बँट जाता है। वह अपनी पत्नी के साथ ज़िम्मेदारियाँ और प्यार बटाता है। इसलिए तुम माँ ज़रूर बनो, तब पति के प्यार और धन सभी पर तुम्हारा पूर्ण क़ब्ज़ा हो जाएगा।

प्रश्न—मेरा पति बड़ा व्यसनी और फिजूलखर्ची है। मेरे चार बच्चे हैं। वह जो कमा कर लाता है, शराब और जुए में उड़ा देता है। नशे में जब घर लौटता है तो मुझे पीटता है। मेरे नाम मेरे पिता ने कुछ रुपया जमा कराया था। अब मेरे पति की नीयत उस रुपए पर है। जब नशे में होता है तो घर में ऊधम मचा देता है। जब होश में आता है तो

बच्चों को गले लगाकर रोता है। मैं तो अपने इस जीवन से तंग आ गई हूँ। मैंने तलाक़ देने का निश्चय कर लिया है। उसके लिए मैं क्या करूँ?

उत्तर—इस मामले में तो आप किसी वकील की सलाह लें। पर तो भी मेरी सलाह है कि आप एक बार और अपने पति को मौक़ा दें। आप इस बात की कोशिश करें कि आपके और बच्चे न हों। दूसरी बात अपना रुपया बैंक में इस प्रकार ब्याज पर लगा दें कि आपका मूल सुरक्षित रहे और ब्याज आपको हर मास मिलता रहे। इससे आपको खर्च की तकलीफ़ नहीं रहेगी। अपने पति को अपने बच्चों के जरिए जीतने की कोशिश करें। बच्चों को भूख से तड़पते देख वह ज़रूर पिघलेगा। सो बच्चों की जिम्मेदारी उन पर डालें। आप उनसे मिठास से बोलें। लोग कभी-कभी अपना ग़म ग़लत करने के लिए भी शराब पीने लगते हैं। अगर कुछ दिनों के लिए इस शहर से दूसरी जगह जाने की सुविधा हो तो अपने पति और बच्चों को लेकर चली जायें, ताकि बुरी संगति के प्रभाव से आपके पति निकल सकें।

प्रश्न—मैं एक शादीशुदा युवक हूँ। पाँच वर्ष हुए मेरी शादी को। जब मैं कालिज में पढ़ता था तो एक सहपाठिन से मेरा प्रेम था। पर अपने पिताजी से यह सब कहने का मेरा साहस नहीं हुआ। मैं एक कम्पीटीशन में सफल रहा और इस समय मैं एक अच्छी नौकरी पर हूँ। मेरे पिताजी ने मेरा विवाह एक धनी घराने की लड़की से कर दिया। मेरी पत्नी देखने में साधारण है। मैट्रिक तक पढ़ी-लिखी भी है, पर उसकी बातचीत और व्यक्तित्व में कोई खास आकर्षण नहीं है। संयोग से मेरी पूर्व-परिचिता सहपाठिन उसी शहर में स्कूल में टीचर है, जहाँ अब मेरी पोस्टिंग हुई है। मुझे कई बार उससे मिलने का मौक़ा मिला। उसे देखकर मुझे अपने पहले दिन याद आ जाते हैं। जी छटपटाता है कि अपनी दोस्ती फिर ताज़ी कर लूँ। मन पर एक प्रकार का बोझ-सा बना रहता है। क्या करूँ?

उत्तर—आप अपने मन में किसी प्रकार की दुर्बलता मत आने दें। मन को अधिक

[illegible]

धोने और अपना सात्विक प्रेम प्रकट करने का मौक़ा मिल जाएगा और आप अपनी दुर्बलता पर विजय प्राप्त करके सचमुच प्रसन्न होंगे।

प्रश्न—हमारी शादी को अभी कुल एक साल हुआ है कि हम दोनों बहस-बहस में लड़ बैठते हैं। मेरी पत्नी हमेशा ऐसी बात छेड़ देती है, जिससे बहस छिड़ जाती है। वह हमेशा स्त्रियों का पुरुषों द्वारा शोषण, पुरुषों की गैर जिम्मेदारी, खुदगरज़ी, रूप और धन के पीछे दौड़ना आदि बातों को प्रमाणित कर पुरुषों को निम्नकोटि का साबित करने की चेष्टा करती है। फिर मैं भी चिढ़कर औरतों की बुराइयाँ गिनाने लगता हूँ। इससे

गर्मागर्मी बढ़ जाती है और बात व्यक्तिगत आक्षेपों तक पहुँच जाती है। किस तरह हम झगड़े को मिटाएं ?

उत्तर—दिखता है कि आप दोनों ही मानसिक रूप से अभी अपरिपक्व हैं और दोनों में ही सहनशीलता और परिहासप्रियता का अभाव है। आप लोग यह नियम बना लें कि बहस नहीं करेंगे। अगर आप लोगों के एक बच्चा हो जाय तो आपका ध्यान बँट जाएगा। दोनों जने कॉमन हॉबीज में दिलचस्पी लें। कोई गेम्स खेलें। अच्छी पुस्तकें पढ़ें। अपने सामाजिक जीवन को विकसित करें। इससे अकेले में बैठकर बहस करने को समय कम मिलेगा। एक-दूसरे को प्रसन्न करने की चेष्टा करें, अपना-अपना कर्तव्य करते रहें और एक-दूसरे की त्रुटियों की ओर ध्यान कम दें।

प्रश्न—जब मैं उन्नीस वर्ष की थी तो मेरी शादी हो गई थी। मेरे पति मुझसे पाँच वर्ष ही बड़े हैं। शुरू-शुरू में हम लोग अपने सास-ससुर के पास ही रहते थे, इस कारण मेरी सास मुझे छोटी-सी, अल्हड़ बहू समझकर उसी तरह व्यवहार करती थीं। घर में जैसे बच्चों के कामों की हँसी उड़ाई जाती है या उन्हें कोई ज़िम्मेदारी का काम सौंपना ठीक नहीं समझा जाता, उसी तरह घर के लोग मेरे प्रति भी दृष्टिकोण रखते थे। अब मेरी शादी को सात-आठ वर्ष हो गए हैं। मैं अपनी गृहस्थी सँभालती हूँ, पर मेरे पति मुझे अब भी एक अल्हड़ लड़की समझकर ही मेरे प्रति व्यवहार करते हैं। सबके सामने मेरी खिल्ली उड़ा देंगे। चिढ़ाने के लिए कुछ कह देंगे। जब मेरी आँखों में आँसू आ जाएँगे तो हँसने लगेंगे। मैं चाहे कितना भी अच्छा काम करूँ, अच्छा भोजन पकाऊँ, बच्चों को सँभालूँ, घर सजाऊँ, पर वह कभी भी मेरे काम की प्रशंसा नहीं करते। हाँ, दूसरों की

पत्नियों की उससे भाये अच्छे काम की भी वह खूब बड़ाई करेंगे। इससे मुझे बहुत बुरा लगता है।

उत्तर—संसार में मनुष्य स्वभाव में भी विभिन्नता है। समझदार दम्पति अपने जीवन-साथी के प्रति भी शिष्टाचार बरतते हैं और उसके सहयोग की बराबर सराहना करते रहते हैं। पर अधिकांश दम्पति परस्पर व्यवहार में किसी प्रकार का दिखावटी शिष्टाचार नहीं बरतते। इसलिए समाज में दूसरों की तो प्रशंसा करेंगे, पर घर में उनकी जरूरत नहीं समझते। हो सकता है आपके पति भी इसी नीति को पालन करते हों। फिर दूसरी बात यह भी है कि इन्सान जिस चीज को रोज देखने का आदी हो जाता है या जिस व्यक्ति के साथ वह रहता है उसके गुणों को भी वह सहज धर्म ही समझने लगता है।

उनका आपको एक जिम्मेदार गृहिणी न समझना गलती है। इसके लिए झगड़ा तो करना ठीक नहीं। हां, अपने व्यवहार से यह बात उन पर साबित कर दें।

क्योंकि आपको वह शुरू से अल्हड़ बहू की तरह देखते आए हैं, इसलिए आपके प्रति उनका पहले का विचार बना हुआ है। उसे मिटते कुछ समय लगेगा। जब वह आपको चिढ़ाते हैं, आप गम्भीर रहा करें या उनकी बात को अनसुनी कर दें अथवा हँसी में उड़ा दें। फिर वे आपको चिढ़ाना छोड़ देंगे। छोटी-छोटी-सी बात का बुरा मान जाना भी नासमझी का प्रमाण है।

प्रश्न— मेरे पति चरित्रहीन हैं। विवाह से पहले भी उनका चरित्र खराब था। सास-ससुर ने यह सोचकर उनका विवाह कर दिया कि एक खूबसूरत पत्नी पाकर वह आवारा-गर्दी करना छोड़ देगा। पर विवाह के बाद से उनकी एक प्रेमिका, जो कि किसी की तलाक दी हुई विवाहिता है, उनके पीछे पड़ी हुई है। अपने चंगुल में उन्हें फँसाए रखने के लिए उसने मेरे पति को शराब और जुए का चस्का भी लगा दिया है। मेरे पति केवल हनीमून में मेरे साथ रहे। इस बीच में मैं गर्भवती हो गई, तबीयत ठीक नहीं रहती थी, इस कारण बच्चा होने तक अधिकांश समय मैं पीहर ही रही। सास-ससुर ने भी इसी में खैर समझी, क्योंकि उन्हें डर था कि कहीं उनके बेटे की बात खुल न जाय। खैर, बच्चा हो जाने के बाद मुझे सब बात पता चली। मेरे सास-ससुर के कोई और औलाद नहीं है, इसलिए अपने पोते से उनका बड़ा प्यार है। वे मेरी भी अच्छी देखभाल करते हैं, पर मैंने उनसे यह स्पष्ट कह दिया है कि मैं अब अपने पति से कुछ सम्बन्ध नहीं रखूंगी। मेरे ससुर ने अपनी सारी सम्पत्ति अपने पोते के नाम कर दी है। इससे मेरे पति को और भी चिढ़ लगी है और वह जब कभी भी घर में आते हैं तो बड़ा ऊधम मचाते हैं। अब तो वह उसी रखैल के यहां पड़े रहते हैं।

मैंने अब बी०ए० पास कर लिया है। मन बहलाने के लिए स्कूल में नौकरी भी कर ली है। मेरी बहनें और माता-पिता यह चाहते हैं कि मैं तलाक देकर दूसरी शादी कर लूँ। पर फिर मुझे अपने बूढ़े सास-ससुर का ध्यान आता है कि उनके मन पर कैसी बीतेगी?

अभी तक तो मैंने यह सोचा हुआ है कि शादी नहीं करूंगी। अपने इस बच्चे के सहारे ही जिन्दगी काट दूंगी। पर मेरे मां-बाप का कहना है कि अभी उम्र ही क्या है मेरी? बड़े बुजुर्गों का साया जब सिर पर से उठ जाएगा तब किसका सहारा रहेगा? आप बताएं मैं क्या करूं?

उत्तर—महिलाओं के लिए विवाह आर्थिक समस्या का हल तो है ही, पर आपके केस में यह प्रश्न उठता ही नहीं। आप खुद भी कमा रही हैं और सास-ससुर का भी सहारा है। इस उम्मीद में बैठे रहना कि बच्चा लायक होगा और सम्भव है कि पति भी सही रास्ते पर आ जाय, आपके धीरज की परीक्षा ही है। यदि आप अपने में ऐसा आत्मबल पाती हैं और सांसारिक भोग-विलास का प्रलोभन आपको नहीं है तो आपका निर्णय प्रशंसनीय है। यह तो आपके आत्मबल पर निर्भर है कि आप किस परिस्थिति में निभा सकती हैं।

प्रश्न—आज से सात वर्ष पहले मेरी शादी हुई थी। शादी के थोड़े दिन बाद पति विलायत पढ़ने चले गए। डाक्टरी पास करने के बाद वह वहीं प्रेक्टिस करने लग गए हैं। उन्होंने मेरे पिता को स्पष्ट लिख दिया था कि वह अब लौटकर नहीं आएंगे और तलाक देने को तैयार हैं। इसी गम में मेरे पिताजी घुल-घुलकर मर गए। मेरी माताजी दमे से पीड़ित हैं। उन्हें हरदम मेरी चिन्ता लगी रहती है। दो वर्ष हुए, तलाक की कार्यवाही भी पूरी हो गई। अब मेरी सगी बहन के देवर के संग मेरी शादी की बात चल रही है। उन्हें मेरे पूर्व विवाह की भी सब बात बता दी गई है। मेरे नानाजी पुराने ख्याल के हैं। मैं दूसरा विवाह करूं, यह बात उन्हें अपने आदर्शों के विरुद्ध लगती है। इसीलिए मेरी माताजी भी [illegible] मन से मेरी दूसरी शादी की बात का अनुमोदन कर रही हैं। आप बताएं मैं क्या करूं?

उत्तर—तुम्हारी पहली शादी तुम्हारी गलती से तो विफल हुई नहीं है। अगर तुम्हारे पहले पति ने तुम्हें छोड़ दिया और अब शायद उन्होंने दूसरा विवाह भी कर लिया होगा, तो इसमें तुम्हारा क्या अपराध है। यदि तुम्हारी बहन के देवर सब बात जानकर तुम्हारा स्वागत करने को तैयार हैं तो अवश्य विवाह कर लो। इससे तुम्हारी माताजी की चिन्ता भी मिट जाएगी और तुम्हें प्रसन्न देखकर तुम्हारे विवाह पर [illegible] आनन्द ही होगा।

प्रश्न—तीन साल हुए मेरी शादी हुई। पर मेरी पत्नी से पटती नहीं। [illegible] नहीं पसन्द। मैं अपने मित्र की पत्नी को प्यार करता हूं। [illegible] मेरे संग आ गई है। मेरी पत्नी और मेरा मित्र इन दोनों के [illegible] मेरा मित्र अपनी पत्नी को हमेशा [illegible] सुनाती रहती है। [illegible] इन दोनों का जीवन दुखी [illegible]

उत्तर—आप और [illegible]
[illegible] गलती में [illegible]

ही समाज के अभिशाप हैं, जो दूसरों के पति या पत्नी चुरा लेते हैं। याद रखें, यदि आप तलाक़ देकर आपस मे शादी भी कर लेंगे तब भी आप एक-दूसरे के प्रति वफ़ादार नहीं रह सकते और आपका जीवन दुखी रहेगा। मेरी तो आपको यह सलाह है कि आप अपनी पत्नी से क्षमा माँगें और उसे प्रसन्न रखें। अपनी प्रेमिका को भी उसकी भूल समझाकर मित्र के साथ उसका समझौता करवा दें। अच्छा हो कि इस प्रकार सब बात स्पष्ट करके और आगे के लिए नए सिरे से अपना पारिवारिक जीवन सुखी और सफल बनाने का प्रयत्न करें। यदि आप कुछ मास के लिए इस शहर से दूर चले जाएँ तो प्रेमिका से दूर रहकर आपका मन अधिक स्वस्थ रहेगा और बाद में आप भी अनुभव करेंगे कि इस प्रकार की बेवफ़ा प्रेमिकाएं कितनी जल्दी प्रेमी से किये हुए वायदे भूल जाती हैं और वह प्रेमिका भी आपके प्रेम के अव्यावहारिक रूप को समझकर सही रास्ते पर आ जाएगी।

प्रश्न—मैं इस समय 46 वर्ष का हूँ। जब मेरे माता-पिता जीते थे, वे मेरी शादी कर देना चाहते थे। अच्छी-अच्छी लड़कियों का रिश्ता आया, पर उस समय मैंने इनकार कर दिया। माता-पिता के मरने के बाद मेरा जीवन बड़ा-सूना हो गया। 32 वर्ष की उम्र मे मैंने एक साधारण-सी लड़की से शादी कर ली। क्योंकि उस समय मैं बड़ा दुखी था, इस कारण मैंने अधिक दिन शादी टालनी नही चाही। जल्दी मे पत्नी की कुछ अधिक परख भी नही की। मेरी आदत बड़ी साफ़-सुथरी है। मैं व्यवस्थाप्रिय हूँ। पर मेरी पत्नी महा आलसी और गैर-ज़िम्मेदार है। हमारे एक लड़का भी है। वह बच्चे की सँभाल भी ठीक से नही करती। सुखी गृहस्थी की जो मेरी कल्पना थी, उसमें से कुछ भी पूरी नहीं हुई। मैंने लाख कोशिश की कि पत्नी की आदतें सुधर जायें पर वह अपनी आदतो से बाज नही आती, यहाँ तक कि अपनी सेहत का भी ध्यान नही रखती। उसकी मामूली बीमारी पर ही मेरा काफी पैसा खर्च हो जाता है। वह स्वास्थ्य के नियमों का तो पालन करती नही, बस महँगी-महँगी दवाइयों पर पैसे खर्चने में विश्वास करती है। बच्चा मुझे बड़ा प्यारा है। जब मैं उसकी बेपरवाही देखता हूँ तो मेरा जी और भी जलता है। केवल यही नही, मेरी पत्नी मेरे मित्रों की पत्नियों मे भी ज़रा-ज़रा-सी बात पर लड़ बैठती है। इससे अपनी मण्डली मे मैं बड़ा जलील होता हूँ। अब मेरा धीरज जवाब दे गया है। ऐसी पत्नी पाकर मेरा जीवन दूभर हो गया है। घर का सुख, समाज मे लोकप्रियता सभी खो बैठा हूं। मेरी एक बहन है, उसके मुझ पर बड़े अहसान हैं, पर मेरी पत्नी उसकी और भैयादूज पर भी उसे कभी नहीं बुलाना चाहती। मुझे अपने बच्चे से बहुत प्यार है। यदि मैं तलाक़ दूं तो वह बच्चा ले जाएगी। फिर इससे परिवार की बदनामी भी है। बताइए, मैं क्या करूं?

उत्तर—यदि आपकी पत्नी अपने माता-पिता का कहना मानती है या किसी बहन अथवा सहेली का उस पर प्रभाव है तो उन्हें बुलाकर सब बात सप्रमाण उन्हें दिखाकर परिस्थिति से अवगत कराएँ। उनके कहने से यदि वह अपना रवैया सुधारे तो एक मौक़ा उसे और दें। यदि उसका अपने बच्चे से प्यार है तो बच्चे को कुछ दिन के लिए बाहर

अपनी वहन के यहाँ लेकर चले जायें और पत्नी को उसके पीहर भेज दें और समझा दें कि यदि वह अपनी आदतें सुधारेगी और एक सुगृहिणी की तरह रहेगी तभी उसे पति-गृह में आने का मौक़ा दिया जाएगा। इस विषय में आप अपने सास-ससुर का भी सहयोग प्राप्त करें, तो काम अधिक सरल हो सकेगा।

प्रश्न—मैं एक लेडी डाक्टर हूँ। शादी से पहले जिस हास्पिटल में मैं हाउस सर्जन लगी थी, मेरे पति भी वहीं पर सर्जन थे। हम दोनों में घनिष्ठता हो गई तो बाद में हमने विवाह कर लिया। अब मेरे पति यह नहीं चाहते कि मैं रात को अपने मरीज़ों को देखने जाऊँ। पर मैंने तो एक डाक्टर से इसीलिए शादी की थी कि मैं अपने कैरियर को

सफल बना सकूँगी। यहाँ तो उल्टी ही बात बैठी, मानो कैरियर गौण हो गया और गृहिणी पद की ज़िम्मेदारी मुख्य। दूसरी बात, मेरे पति स्वभाव से बहुत गम्भीर हैं। न तो वह कभी हास-परिहास में भाग लेते हैं और न ही मेरे प्रति अपना प्यार प्रदर्शन ही कभी करते हैं। दिल से मैं जानती हूँ कि वह मुझे प्रेम करते हैं और मेरा प्रेम प्रदर्शन उन्हें अच्छा लगता है। पर क्या उन्हें यह नहीं सोचना चाहिए कि पत्नी को भी तो प्रेम प्रदर्शन की चाहना हो सकती है। जब मैं अपनी सहेलियों को उनके पति के प्रेम-प्रदर्शन की बातें करती सुनती हूँ तो मन मसोसकर रह जाती हूँ। मेरे पति एक तो व्यस्त बहुत हैं, दूसरे स्वभाव के इतने शुष्क, इससे मेरा मन बड़ा घुटता रहता है। हमारा एक लड़का है। उसे भी इस बात की शिकायत है कि डैडी मेरे संग क्यों नहीं खेलते ?

उत्तर—आप अपने पति के अभिप्राय को समझें। वह आपके आराम और सुरक्षा के विचार से ही इस बात को नापसन्द करते हैं कि आप रात के समय मरीजों को देखने न जाया करें। कई व्यक्ति अपना प्रेम-प्रदर्शन करने में अधिक चतुर होते है, कई उसकी जरूरत नहीं समझते। यह तो आप मानती ही हैं कि आपके पति आपसे प्रेम करते हैं और काम में व्यस्त भी बहुत रहते हैं, बस आप एक मानसिक परिपक्वता का सहारा लेकर मन को समझाएँ। दूसरी बात और बताऊँ, किसी कवि ने कहा है कि प्रेम के सुन्दर-तम शब्द होंठों से बाहर निकलकर जूठे नहीं होना चाहते। वे केवल चुम्बन से ही सील-बन्द कर दिए जाते हैं। आप अपने बच्चे के सहयोग से उन्हें अपनी ओर खींचें, इससे आप दोनों का अभाव और शिकायत मिट जाएगी।

प्रश्न—मैं बी० ए० की छात्रा हूँ। मेरा एक सहपाठी मुझसे प्रेम करता है। मैंने उससे कहा कि हमें अपने प्रेम की बात अपने-अपने माता-पिता को कह देनी चाहिए और उनकी अनुमति लेकर अपनी 'इंगेजमेण्ट' घोषित कर देना ठीक होगा। पर मेरा प्रेमी मेरी इस बात से सहमत नहीं है। वह इस रिश्ते को गुप्त ही रखना चाहता है। उसका कहना है कि हम लोग एक ही जात के नहीं हैं, इसलिए उसके माता-पिता इस सम्बन्ध का अनुमोदन नहीं करेंगे। ऐसी सूरत मे एक ही रास्ता है कि जब वह नौकरी करने लगे तब चुपचाप विवाह कर लिया जाय। मैं इस योजना से सहमत नहीं हूँ। आपकी क्या राय है?

उत्तर—आप समझदार हैं। माँ-बाप से इस बात की चोरी कभी मत रखें। इसका परिणाम अच्छा नहीं होगा। हो सकता है कि आपका यह प्रेमी आपको बाद में धोखा दे जाय। कोई काम छिपाकर करने से वह अनुचित होता है। इस अनुचित मार्ग में आपको धकेलकर वह आपका नाजायज़ फायदा उठाएगा। इससे आपकी बदनामी होगी। कन्याओं को मर्यादा की सीमा कभी नहीं लाँघनी चाहिए। यदि आपका यह मित्र आप के माता-पिता से भी बात छिपाने की सलाह देता है तो आप इससे कोई वास्ता मत रखें।

ऊपर मैंने अनेक पत्रों में से कुछ पत्रों का ही उल्लेख किया है। कुछ गम्भीर केस हिस्ट्रियों का उल्लेख मैंने पिछले अध्यायों में प्रसग के साथ भी कर दिया है। आशा है कि पाठकों को इन किस्सों को पढ़कर समाज किधर करवट ले रहा है, इसका पता चलेगा।

●